

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-03-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g , kajzerka50g(1), chleb pszenn-żytni35g (1 kromka) (1),	Krupnik 350ml(1,8,13), Łazanki z kapustą kisz. i mięsem.300g*(1,3,13), brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), ser żółty 60g (2), papryka św. 100g , chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2483.26 kcal; Białko ogółem: 93.50 g; Tłuszcz: 85.74 g; Węglowodany ogółem: 343.67 g; Sól: 6.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.62 g; suma cukrów prostych: 98.98 g; Błonnik pokarmowy: 28.73 g;

<b>poniedziałek 2025-03-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2208.86 kcal; Białko ogółem: 83.56 g; Tłuszcz: 64.79 g; Węglowodany ogółem: 336.47 g; Sól: 3.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.28 g; suma cukrów prostych: 102.44 g; Błonnik pokarmowy: 27.23 g;

<b>poniedziałek 2025-03-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2322.26 kcal; Białko ogółem: 92.45 g; Tłuszcz: 72.49 g; Węglowodany ogółem: 338.57 g; Sól: 3.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.86 g; suma cukrów prostych: 103.84 g; Błonnik pokarmowy: 27.23 g;

<b>poniedziałek 2025-03-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2366.93 kcal; Białko ogółem: 82.07 g; Tłuszcz: 86.01 g; Węglowodany ogółem: 329.67 g; Sól: 3.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.88 g; suma cukrów prostych: 100.03 g; Błonnik pokarmowy: 26.58 g;

<b>poniedziałek 2025-03-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2309.59 kcal; Białko ogółem: 82.48 g; Tłuszcz: 78.66 g; Węglowodany ogółem: 331.70 g; Sól: 3.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.10 g; suma cukrów prostych: 103.90 g; Błonnik pokarmowy: 27.13 g;

<b>poniedziałek 2025-03-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), rzodkiewka talarki 100g, szynka farmerska 40g(1,2,11,13), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2367.86 kcal; Białko ogółem: 98.85 g; Tłuszcz: 74.41 g; Węglowodany ogółem: 339.25 g; Sól: 4.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.74 g; suma cukrów prostych: 104.04 g; Błonnik pokarmowy: 27.23 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-03		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g, Masło 10g(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1993.05 kcal; Białko ogółem: 74.63 g; Tłuszcz: 66.25 g; Węglowodany ogółem: 284.65 g; Sól: 3.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.36 g; suma cukrów prostych: 72.69 g; Błonnik pokarmowy: 24.64 g;

poniedziałek 2025-03-03		
Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Mus warzywno-owocowy 100g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2165.62 kcal; Białko ogółem: 93.27 g; Tłuszcz: 81.56 g; Węglowodany ogółem: 271.12 g; Sól: 2.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.64 g; suma cukrów prostych: 112.01 g; Błonnik pokarmowy: 17.88 g;

poniedziałek 2025-03-03		
Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2007.53 kcal; Białko ogółem: 65.68 g; Tłuszcz: 77.61 g; Węglowodany ogółem: 269.87 g; Sól: 3.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.18 g; suma cukrów prostych: 102.13 g; Błonnik pokarmowy: 21.38 g;

poniedziałek 2025-03-03		
Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rosółka 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), jabłko deserowe 1 szt. , buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroz.b/c 250ml*, ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> podpiomyki b/c 2szt.15g (1),	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 20g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2195.69 kcal; Białko ogółem: 88.46 g; Tłuszcz: 68.66 g; Węglowodany ogółem: 324.01 g; Sól: 4.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.55 g; suma cukrów prostych: 46.07 g; Błonnik pokarmowy: 37.11 g;

poniedziałek 2025-03-03		
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), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rosółka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2465.34 kcal; Białko ogółem: 96.20 g; Tłuszcz: 67.94 g; Węglowodany ogółem: 385.29 g; Sól: 5.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.70 g; suma cukrów prostych: 82.52 g; Błonnik pokarmowy: 37.25 g;

poniedziałek 2025-03-03		
Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, rosółka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), buraczki gotowane b/mąki 120g, Kompot z owoców mroz. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku i pomidora 100g (13),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2003.97 kcal; Białko ogółem: 66.54 g; Tłuszcz: 71.97 g; Węglowodany ogółem: 283.58 g; Sól: 4.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.72 g; suma cukrów prostych: 109.86 g; Błonnik pokarmowy: 22.05 g;

poniedziałek 2025-03-03		
Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), margaryna roślinna lactima 10g , filet pieczony z indyka 60g , pomidor 100g, Napój roślinny 330ml*, rosółka 5g ,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, buraczki gotowane b/mleka 120g(1), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1954.25 kcal; Białko ogółem: 83.00 g; Tłuszcz: 42.59 g; Węglowodany ogółem: 323.47 g; Sól: 5.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.65 g; suma cukrów prostych: 101.22 g; Błonnik pokarmowy: 28.83 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-03			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), margaryna roślinna lactima 10g , Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,		Krupnik 350ml(1,8,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13), Woda mineralna 500ml*,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2028.06 kcal; Białko ogółem: 83.31 g; Tłuszcz: 44.91 g; Węglowodany ogółem: 336.23 g; Sól: 3.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.63 g; suma cukrów prostych: 102.23 g; Błonnik pokarmowy: 27.23 g;

poniedziałek 2025-03-03			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), pomidor 100g, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), serek homog.naturalny 70g. (2), roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),		Krupnik 350ml(1,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, ziemniaki 200g*		Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, ser żółty 60g (2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), rukola 5g,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tuńczyka 100g* (4), Woda mineralna 500ml*,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2490.48 kcal; Białko ogółem: 83.75 g; Tłuszcz: 83.20 g; Węglowodany ogółem: 366.65 g; Sól: 4.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.91 g; suma cukrów prostych: 112.59 g; Błonnik pokarmowy: 30.22 g;

poniedziałek 2025-03-03			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), margaryna roślinna lactima 10g , Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, herbata bez cukru 250ml, roszonek 5g , chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),		Krupnik 350ml(1,8,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Banan 1 szt, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, ziemniaki 200g*		chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), margaryna roślinna lactima 10g , szynka farmerska 40g(1,2,11,13), papryka św. 100g , herbata bez cukru 250ml, rukola 5g,	
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,		Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt.15g (1),		Posiłek nocny: sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13), Woda mineralna 500ml*,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2096.51 kcal; Białko ogółem: 91.84 g; Tłuszcz: 48.86 g; Węglowodany ogółem: 337.38 g; Sól: 3.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.59 g; suma cukrów prostych: 85.25 g; Błonnik pokarmowy: 30.10 g;

poniedziałek 2025-03-03			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), ser żółty 60g (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),		Krupnik 350ml(1,8,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), ziemniaki 200g*		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), rukola 5g, ser topiony 3 x 17g-51g. (2),	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13), Woda mineralna 500ml*,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2936.66 kcal; Białko ogółem: 149.77 g; Tłuszcz: 110.09 g; Węglowodany ogółem: 348.82 g; Sól: 6.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.97 g; suma cukrów prostych: 115.43 g; Błonnik pokarmowy: 24.73 g;

poniedziałek 2025-03-03			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,		Krupnik 350ml(1,8,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), ziemniaki 200g*		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13), Woda mineralna 500ml*,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2208.86 kcal; Białko ogółem: 83.56 g; Tłuszcz: 64.79 g; Węglowodany ogółem: 336.47 g; Sól: 3.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.28 g; suma cukrów prostych: 102.44 g; Błonnik pokarmowy: 27.23 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2025-03-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), ogórek konserwowy 100g*, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty bez cukru 15g (1,3), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2505.34 kcal; Białko ogółem: 100.89 g; Tłuszcz: 74.79 g; Węglowodany ogółem: 362.13 g; Sól: 7.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.01 g; suma cukrów prostych: 100.26 g; Błonnik pokarmowy: 27.99 g;

<b>wtorek 2025-03-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2419.09 kcal; Białko ogółem: 113.26 g; Tłuszcz: 61.67 g; Węglowodany ogółem: 358.02 g; Sól: 5.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.89 g; suma cukrów prostych: 95.51 g; Błonnik pokarmowy: 28.56 g;

<b>wtorek 2025-03-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), bukiet warzyw dieta 120g, 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, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2457.96 kcal; Białko ogółem: 117.53 g; Tłuszcz: 63.16 g; Węglowodany ogółem: 359.88 g; Sól: 5.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.01 g; suma cukrów prostych: 97.26 g; Błonnik pokarmowy: 28.15 g;

<b>wtorek 2025-03-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2416.43 kcal; Białko ogółem: 102.37 g; Tłuszcz: 64.90 g; Węglowodany ogółem: 360.33 g; Sól: 5.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.44 g; suma cukrów prostych: 97.44 g; Błonnik pokarmowy: 26.93 g;

<b>wtorek 2025-03-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2336.58 kcal; Białko ogółem: 107.83 g; Tłuszcz: 60.25 g; Węglowodany ogółem: 345.84 g; Sól: 5.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.66 g; suma cukrów prostych: 81.37 g; Błonnik pokarmowy: 28.23 g;

<b>wtorek 2025-03-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), twaróg 70g (2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g , jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2767.69 kcal; Białko ogółem: 152.12 g; Tłuszcz: 81.42 g; Węglowodany ogółem: 361.67 g; Sól: 6.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.08 g; suma cukrów prostych: 97.68 g; Błonnik pokarmowy: 28.56 g;

<b>wtorek 2025-03-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
----------------------------------------------------------------------------	--	--

**Jadłospisy dla oddziałów**

Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuly z wody 120 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2425.12 kcal; Białko ogółem: 105.32 g; Tłuszcz: 86.82 g; Węglowodany ogółem: 318.66 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.98 g; suma cukrów prostych: 97.84 g; Błonnik pokarmowy: 28.92 g;

<b>wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2041.77 kcal; Białko ogółem: 92.96 g; Tłuszcz: 95.99 g; Węglowodany ogółem: 206.67 g; Sól: 2.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.95 g; suma cukrów prostych: 115.97 g; Błonnik pokarmowy: 10.95 g;

<b>wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), mus warzywno-owocowy 100g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2490.20 kcal; Białko ogółem: 104.78 g; Tłuszcz: 75.48 g; Węglowodany ogółem: 350.04 g; Sól: 5.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.83 g; suma cukrów prostych: 101.91 g; Błonnik pokarmowy: 26.50 g;

<b>wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , Ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek konserwowy 100g*, rozspanka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty bez cukru 30g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2415.19 kcal; Białko ogółem: 103.76 g; Tłuszcz: 77.16 g; Węglowodany ogółem: 341.79 g; Sól: 6.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.31 g; suma cukrów prostych: 63.56 g; Błonnik pokarmowy: 35.86 g;

<b>wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2572.44 kcal; Białko ogółem: 116.19 g; Tłuszcz: 63.94 g; Węglowodany ogółem: 403.30 g; Sól: 5.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.96 g; suma cukrów prostych: 98.88 g; Błonnik pokarmowy: 39.99 g;

<b>wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1807.70 kcal; Białko ogółem: 84.77 g; Tłuszcz: 43.38 g; Węglowodany ogółem: 279.13 g; Sól: 3.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.94 g; suma cukrów prostych: 84.27 g; Błonnik pokarmowy: 25.79 g;

<b>wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, filet pieczony z indyka 60g , kleik z kaszy manny 350ml(1), rukola 5g,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 50g*, pomidor 100g, rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2041.96 kcal; Białko ogółem: 91.20 g; Tłuszcz: 22.65 g; Węglowodany ogółem: 370.40 g; Sól: 7.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 6.04 g; suma cukrów prostych: 65.91 g; Błonnik pokarmowy: 30.23 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), margaryna roślinna lactima 10g , rukola 5g.	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2238.29 kcal; Białko ogółem: 113.01 g; Tłuszcz: 41.80 g; Węglowodany ogółem: 357.78 g; Sól: 5.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.23 g; suma cukrów prostych: 95.30 g; Błonnik pokarmowy: 28.56 g;

wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, twarożek 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, mandarynki 150g, bukiet warzyw dieta 120g, Makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2532.58 kcal; Białko ogółem: 129.74 g; Tłuszcz: 60.63 g; Węglowodany ogółem: 370.65 g; Sól: 5.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.61 g; suma cukrów prostych: 110.20 g; Błonnik pokarmowy: 25.78 g;

wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 50g (1), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), ogórek konserwowy 100g*, roszponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2459.09 kcal; Białko ogółem: 123.24 g; Tłuszcz: 54.33 g; Węglowodany ogółem: 372.70 g; Sól: 7.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.39 g; suma cukrów prostych: 112.10 g; Błonnik pokarmowy: 29.57 g;

wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: Mukowicydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), twarożek 70g (2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2915.14 kcal; Białko ogółem: 160.62 g; Tłuszcz: 86.42 g; Węglowodany ogółem: 378.91 g; Sól: 7.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.06 g; suma cukrów prostych: 114.92 g; Błonnik pokarmowy: 28.56 g;

wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroz. 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 ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2271.64 kcal; Białko ogółem: 104.76 g; Tłuszcz: 56.67 g; Węglowodany ogółem: 340.78 g; Sól: 5.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.91 g; suma cukrów prostych: 78.27 g; Błonnik pokarmowy: 28.56 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2025-03-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kasza manna na mleku 350g (1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), papryka św. 100g , Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g (1), roszonek 5g .	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, surówka z ogórka kisz.120g(11,13), Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2544.75 kcal; Białko ogółem: 109.88 g; Tłuszcz: 77.18 g; Węglowodany ogółem: 357.92 g; Sól: 8.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.05 g; suma cukrów prostych: 86.70 g; Błonnik pokarmowy: 30.15 g;

<b>środa 2025-03-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2475.31 kcal; Białko ogółem: 101.04 g; Tłuszcz: 80.16 g; Węglowodany ogółem: 343.00 g; Sól: 6.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.14 g; suma cukrów prostych: 73.51 g; Błonnik pokarmowy: 29.56 g;

<b>środa 2025-03-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, twarożek 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2543.91 kcal; Białko ogółem: 114.90 g; Tłuszcz: 80.51 g; Węglowodany ogółem: 345.45 g; Sól: 6.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.33 g; suma cukrów prostych: 75.68 g; Błonnik pokarmowy: 29.56 g;

<b>środa 2025-03-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog. nat. 60g.(2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, twarożek 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2459.04 kcal; Białko ogółem: 107.53 g; Tłuszcz: 73.86 g; Węglowodany ogółem: 345.01 g; Sól: 6.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.05 g; suma cukrów prostych: 71.77 g; Błonnik pokarmowy: 25.89 g;

<b>środa 2025-03-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog. nat. 60g.(2), kasza manna na mleku 350g (1,2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, twarożek 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2459.04 kcal; Białko ogółem: 107.53 g; Tłuszcz: 73.86 g; Węglowodany ogółem: 345.01 g; Sól: 6.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.05 g; suma cukrów prostych: 71.77 g; Błonnik pokarmowy: 25.89 g;

<b>środa 2025-03-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), serek homog. nat. 60g.(2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, twarożek 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2641.11 kcal; Białko ogółem: 122.52 g; Tłuszcz: 87.11 g; Węglowodany ogółem: 347.25 g; Sól: 6.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.26 g; suma cukrów prostych: 76.88 g; Błonnik pokarmowy: 29.56 g;

<b>środa 2025-03-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
---------------------------------------------------------------------------	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata 250g,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Ryżowa 350ml(8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2075.24 kcal; Białko ogółem: 98.29 g; Tłuszcz: 72.65 g; Węglowodany ogółem: 271.37 g; Sól: 3.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.15 g; suma cukrów prostych: 71.91 g; Błonnik pokarmowy: 27.16 g;

środa 2025-03-05 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Masło 15g*(2), bukiet warzyw dieta 150 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1998.92 kcal; Białko ogółem: 92.03 g; Tłuszcz: 83.57 g; Węglowodany ogółem: 227.89 g; Sól: 2.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.19 g; suma cukrów prostych: 86.43 g; Błonnik pokarmowy: 15.52 g;

środa 2025-03-05 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), mus warzywno-owocowy 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkopty bez cukru 30g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2465.15 kcal; Białko ogółem: 94.93 g; Tłuszcz: 76.42 g; Węglowodany ogółem: 351.36 g; Sól: 5.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.06 g; suma cukrów prostych: 78.78 g; Błonnik pokarmowy: 27.23 g;

środa 2025-03-05 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), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), papryka św. 100g, rozszponka 5g,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, surówka z ogórka kisz.120g(11,13), kisiel b/c 250g, ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2303.20 kcal; Białko ogółem: 96.63 g; Tłuszcz: 70.64 g; Węglowodany ogółem: 338.20 g; Sól: 6.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.18 g; suma cukrów prostych: 62.02 g; Błonnik pokarmowy: 36.88 g;

środa 2025-03-05 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), surówka z ogórka kisz.120g(11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), rzodkiewka talarki 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2665.45 kcal; Białko ogółem: 104.16 g; Tłuszcz: 82.40 g; Węglowodany ogółem: 395.68 g; Sól: 6.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.26 g; suma cukrów prostych: 82.49 g; Błonnik pokarmowy: 38.50 g;

środa 2025-03-05 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Herbata z cukrem 250ml*,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Ziemniaki 200g*, Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane b/mąki 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2)., rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> wafle ryżowe 60g(9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2347.37 kcal; Białko ogółem: 97.91 g; Tłuszcz: 75.41 g; Węglowodany ogółem: 331.66 g; Sól: 3.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.32 g; suma cukrów prostych: 76.31 g; Błonnik pokarmowy: 26.37 g;

środa 2025-03-05 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, Polędwica sopocka 40g (8), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	ziemniaczana b/ml 400ml (1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), buraczki gotowane b/mąki 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, sos koperkowy 120g b/ml (1),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, miód 1 szt.(25g), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2298.23 kcal; Białko ogółem: 81.67 g; Tłuszcz: 37.59 g; Węglowodany ogółem: 406.16 g; Sól: 8.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.33 g; suma cukrów prostych: 68.75 g; Błonnik pokarmowy: 31.88 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-03-05		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, serek homog.naturalny 70g. (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2294.51 kcal; Białko ogółem: 100.80 g; Tłuszcz: 60.28 g; Węglowodany ogółem: 342.76 g; Sól: 6.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.48 g; suma cukrów prostych: 73.30 g; Błonnik pokarmowy: 29.56 g;

środa 2025-03-05		
Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), ryż z jabłkami sl 300g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2653.90 kcal; Białko ogółem: 93.94 g; Tłuszcz: 86.94 g; Węglowodany ogółem: 380.27 g; Sól: 5.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.12 g; suma cukrów prostych: 93.49 g; Błonnik pokarmowy: 31.48 g;

środa 2025-03-05		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g, papryka św. 100g, pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), kasza manna na mleku 350g (1,2), roszponka 5g,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), surówka z ogórka kisz. 120g(11,13), kisiel b/c 250g, ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g (1), margaryna roślinna lactima 10g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2465.25 kcal; Białko ogółem: 108.96 g; Tłuszcz: 58.73 g; Węglowodany ogółem: 380.90 g; Sól: 8.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.47 g; suma cukrów prostych: 88.33 g; Błonnik pokarmowy: 30.45 g;

środa 2025-03-05		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, twaróg 70g (2), ser żółty 60g (2), szynka konserwowa 50g (8),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3081.01 kcal; Białko ogółem: 169.26 g; Tłuszcz: 111.67 g; Węglowodany ogółem: 355.13 g; Sól: 9.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.66 g; suma cukrów prostych: 88.38 g; Błonnik pokarmowy: 29.25 g;

środa 2025-03-05		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), jabłko deserowe 1 szt., kasza manna na mleku 350g (1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, twaróg 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2620.66 kcal; Białko ogółem: 114.45 g; Tłuszcz: 77.84 g; Węglowodany ogółem: 370.98 g; Sól: 6.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.92 g; suma cukrów prostych: 99.79 g; Błonnik pokarmowy: 34.12 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-03-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z sałaty,pomidora i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 50g (1), schab benedykta 50g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Marchewka z groszkiem120g(1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek kiszony 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2618.54 kcal; Białko ogółem: 120.68 g; Tłuszcz: 102.75 g; Węglowodany ogółem: 305.98 g; Sól: 8.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.90 g; suma cukrów prostych: 83.03 g; Błonnik pokarmowy: 24.94 g;

<b>czwartek 2025-03-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), szynka piastowska 50g(8), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2273.27 kcal; Białko ogółem: 110.33 g; Tłuszcz: 76.48 g; Węglowodany ogółem: 286.44 g; Sól: 5.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.87 g; suma cukrów prostych: 75.31 g; Błonnik pokarmowy: 23.48 g;

<b>czwartek 2025-03-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2386.67 kcal; Białko ogółem: 119.22 g; Tłuszcz: 84.18 g; Węglowodany ogółem: 288.54 g; Sól: 5.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.45 g; suma cukrów prostych: 76.71 g; Błonnik pokarmowy: 23.48 g;

<b>czwartek 2025-03-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, 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), twarózek 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2125.48 kcal; Białko ogółem: 90.39 g; Tłuszcz: 66.73 g; Węglowodany ogółem: 290.70 g; Sól: 6.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.53 g; suma cukrów prostych: 77.76 g; Błonnik pokarmowy: 22.25 g;

<b>czwartek 2025-03-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2124.48 kcal; Białko ogółem: 90.49 g; Tłuszcz: 66.73 g; Węglowodany ogółem: 291.00 g; Sól: 6.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.53 g; suma cukrów prostych: 76.76 g; Błonnik pokarmowy: 23.55 g;

<b>czwartek 2025-03-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), szynka piastowska 50g(8), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2455.27 kcal; Białko ogółem: 133.08 g; Tłuszcz: 84.53 g; Węglowodany ogółem: 290.99 g; Sól: 5.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.64 g; suma cukrów prostych: 78.88 g; Błonnik pokarmowy: 23.48 g;

<b>czwartek 2025-03-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Jadłospisy dla oddziałów**

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1922.24 kcal; Białko ogółem: 98.77 g; Tłuszcz: 69.17 g; Węglowodany ogółem: 235.20 g; Sól: 1.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.09 g; suma cukrów prostych: 77.19 g; Błonnik pokarmowy: 21.55 g;

czwartek 2025-03-06 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemiaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1902.67 kcal; Białko ogółem: 94.35 g; Tłuszcz: 78.41 g; Węglowodany ogółem: 210.08 g; Sól: 2.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.81 g; suma cukrów prostych: 99.91 g; Błonnik pokarmowy: 14.25 g;

czwartek 2025-03-06 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), szynka piastowska 50g(8), Napój roślinny 330ml*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemiaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 30g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2414.77 kcal; Białko ogółem: 95.47 g; Tłuszcz: 68.87 g; Węglowodany ogółem: 351.78 g; Sól: 5.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.69 g; suma cukrów prostych: 112.14 g; Błonnik pokarmowy: 22.47 g;

czwartek 2025-03-06 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
Herbata b/c 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z sałaty, pomidora i pestkami dyni 100g*, szynka piastowska 50g(8),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemiaki 200g*, Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, pomarańcza 1 szt, Udko gotowane 1szt 200g,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), paprykarz 70g (4,8), ogórek kiszony 100g, roszponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Podwieczorek:</b> Biskvity bez cukru 30g (1,3),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt. 15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2340.41 kcal; Białko ogółem: 104.59 g; Tłuszcz: 95.27 g; Węglowodany ogółem: 281.28 g; Sól: 7.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.58 g; suma cukrów prostych: 28.27 g; Błonnik pokarmowy: 31.86 g;

czwartek 2025-03-06 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), szynka piastowska 50g(8), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemiaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt. 15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2382.07 kcal; Białko ogółem: 113.51 g; Tłuszcz: 75.80 g; Węglowodany ogółem: 326.90 g; Sól: 4.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.74 g; suma cukrów prostych: 74.71 g; Błonnik pokarmowy: 35.10 g;

czwartek 2025-03-06 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog. naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, pomidor 100g, twaróg 70g (2), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1941.78 kcal; Białko ogółem: 80.98 g; Tłuszcz: 64.49 g; Węglowodany ogółem: 265.98 g; Sól: 3.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.58 g; suma cukrów prostych: 74.77 g; Błonnik pokarmowy: 21.63 g;

czwartek 2025-03-06 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), szynka piastowska 50g(8),	selerowa z ziemniakami 400ml b/ml(1,13), Ziemiaki 200g*, Szpinak 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1978.39 kcal; Białko ogółem: 88.80 g; Tłuszcz: 43.60 g; Węglowodany ogółem: 310.83 g; Sól: 8.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.35 g; suma cukrów prostych: 60.76 g; Błonnik pokarmowy: 28.77 g;

czwartek 2025-03-06 <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), szynka piastowska 50g(8), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemiaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt. 15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2092.47 kcal; Białko ogółem: 110.09 g; Tłuszcz: 56.61 g; Węglowodany ogółem: 286.20 g; Sól: 5.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.21 g; suma cukrów prostych: 75.10 g; Błonnik pokarmowy: 23.48 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-06 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2166.82 kcal; Białko ogółem: 90.10 g; Tłuszcz: 70.65 g; Węglowodany ogółem: 293.24 g; Sól: 6.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.87 g; suma cukrów prostych: 76.77 g; Błonnik pokarmowy: 23.80 g;

czwartek 2025-03-06 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Sałatka z sałaty, pomidora i pestkami dyni 100g*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), Ryż na mleku 350 ml*(2), szynka piastowska 50g(8), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, pomarańcza 1 szt, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g (1), paprykarz 70g (4,8), ogórek kiszony 100g, roszonek 5g , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Podwieczorek:</b> Biszkoty bez cukru 30g (1,3),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2408.91 kcal; Białko ogółem: 111.32 g; Tłuszcz: 82.55 g; Węglowodany ogółem: 307.73 g; Sól: 8.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.72 g; suma cukrów prostych: 70.70 g; Błonnik pokarmowy: 25.07 g;

czwartek 2025-03-06 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), szynka piastowska 50g(8), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), pomidor 100g, Ser żółty 50g(2), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2545.67 kcal; Białko ogółem: 133.17 g; Tłuszcz: 95.63 g; Węglowodany ogółem: 288.59 g; Sól: 6.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.29 g; suma cukrów prostych: 76.76 g; Błonnik pokarmowy: 23.48 g;

czwartek 2025-03-06 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel 250g,	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2387.37 kcal; Białko ogółem: 110.37 g; Tłuszcz: 76.48 g; Węglowodany ogółem: 314.96 g; Sól: 5.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.87 g; suma cukrów prostych: 98.03 g; Błonnik pokarmowy: 23.50 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2025-03-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Salátka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), kakao 250ml (1,2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), roszonek 5g , ogórek zielony 100g,	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g.* , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2685.60 kcal; Białko ogółem: 94.64 g; Tłuszcz: 78.86 g; Węglowodany ogółem: 404.01 g; Sól: 5.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.14 g; suma cukrów prostych: 135.89 g; Błonnik pokarmowy: 29.59 g;

<b>piątek 2025-03-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.* , Salata 10g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2477.22 kcal; Białko ogółem: 90.58 g; Tłuszcz: 67.64 g; Węglowodany ogółem: 378.01 g; Sól: 6.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.72 g; suma cukrów prostych: 150.18 g; Błonnik pokarmowy: 22.99 g;

<b>piątek 2025-03-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki b/soli 200g m, Salata 10g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2479.17 kcal; Białko ogółem: 91.90 g; Tłuszcz: 70.29 g; Węglowodany ogółem: 369.75 g; Sól: 5.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.67 g; suma cukrów prostych: 136.41 g; Błonnik pokarmowy: 19.65 g;

<b>piątek 2025-03-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g.* , Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2459.77 kcal; Białko ogółem: 77.53 g; Tłuszcz: 64.52 g; Węglowodany ogółem: 396.01 g; Sól: 5.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.89 g; suma cukrów prostych: 135.38 g; Błonnik pokarmowy: 27.67 g;

<b>piątek 2025-03-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.* , Salata 10g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2343.95 kcal; Białko ogółem: 72.82 g; Tłuszcz: 69.85 g; Węglowodany ogółem: 355.48 g; Sól: 4.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.62 g; suma cukrów prostych: 126.76 g; Błonnik pokarmowy: 19.31 g;

<b>piątek 2025-03-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), pomidor 100g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.* , Salata 10g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2660.22 kcal; Białko ogółem: 113.23 g; Tłuszcz: 75.69 g; Węglowodany ogółem: 382.26 g; Sól: 6.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.49 g; suma cukrów prostych: 154.75 g; Błonnik pokarmowy: 21.69 g;

<b>piątek 2025-03-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
kakao 250ml (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, szpinak gotowany 150g (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g,

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),
--	--	-------------------------------------------------------------------------------------

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2309.23 kcal; Białko ogółem: 102.57 g; Tłuszcz: 65.52 g; Węglowodany ogółem: 343.12 g; Sól: 3.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.09 g; suma cukrów prostych: 103.38 g; Błonnik pokarmowy: 30.16 g;

piątek 2025-03-07 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), ziemniaki 250g, szpinak gotowany 150g (2), Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2251.75 kcal; Białko ogółem: 109.17 g; Tłuszcz: 87.10 g; Węglowodany ogółem: 268.40 g; Sól: 3.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.32 g; suma cukrów prostych: 99.04 g; Błonnik pokarmowy: 20.13 g;

piątek 2025-03-07 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), szpinak gotowany 150g (2), Ryż z jabłkami 350g.*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2499.38 kcal; Białko ogółem: 83.88 g; Tłuszcz: 62.41 g; Węglowodany ogółem: 402.08 g; Sól: 7.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.98 g; suma cukrów prostych: 152.95 g; Błonnik pokarmowy: 26.99 g;

piątek 2025-03-07 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
kakao b/c 250ml (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), roszonek 5g , ogórek zielony 100g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), kiwi 1szt., Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Risotto dieta 250g* (13), Sałata zielona z sosem winegret 80g,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2353.04 kcal; Białko ogółem: 98.66 g; Tłuszcz: 100.11 g; Węglowodany ogółem: 278.16 g; Sól: 5.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.43 g; suma cukrów prostych: 52.31 g; Błonnik pokarmowy: 33.10 g;

piątek 2025-03-07 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
kakao 250ml (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homog.naturalny 70g. (2), roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), pomidor 100g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Risotto dieta 250g* (13), Sałata zielona z sosem winegret 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2763.77 kcal; Białko ogółem: 106.91 g; Tłuszcz: 92.68 g; Węglowodany ogółem: 390.40 g; Sól: 4.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.06 g; suma cukrów prostych: 133.27 g; Błonnik pokarmowy: 31.61 g;

piątek 2025-03-07 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), pomidor 100g,	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ryż z jabłkami 350g.*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2217.65 kcal; Białko ogółem: 66.27 g; Tłuszcz: 62.43 g; Węglowodany ogółem: 358.44 g; Sól: 3.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.89 g; suma cukrów prostych: 113.99 g; Błonnik pokarmowy: 25.02 g;

piątek 2025-03-07 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g , pomidor 100g,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Ryż z jabłkami 350g.*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1814.15 kcal; Białko ogółem: 45.58 g; Tłuszcz: 29.07 g; Węglowodany ogółem: 342.05 g; Sól: 4.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.76 g; suma cukrów prostych: 116.18 g; Błonnik pokarmowy: 22.06 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-07		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*, Salata 10g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2278.42 kcal; Białko ogółem: 89.33 g; Tłuszcz: 47.56 g; Węglowodany ogółem: 373.36 g; Sól: 6.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.01 g; suma cukrów prostych: 148.17 g; Błonnik pokarmowy: 20.49 g;

piątek 2025-03-07		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszonek 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*, Salata 10g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2515.62 kcal; Białko ogółem: 90.47 g; Tłuszcz: 72.74 g; Węglowodany ogółem: 374.86 g; Sól: 5.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.15 g; suma cukrów prostych: 149.53 g; Błonnik pokarmowy: 20.49 g;

piątek 2025-03-07		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g, Salata z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), kakao 250ml (1,2), roszonek 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), ogórek zielony 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), kiwi 1szt., Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Risotto dieta 250g* (13), Salata zielona z sosem winegret 80g,	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 50g (1), margaryna roślinna lactima 10g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2450.25 kcal; Białko ogółem: 108.18 g; Tłuszcz: 88.61 g; Węglowodany ogółem: 305.18 g; Sól: 6.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.01 g; suma cukrów prostych: 81.66 g; Błonnik pokarmowy: 25.44 g;

piątek 2025-03-07		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), pomidor 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*, Salata 10g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, ser żółty 60g (2), twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2998.62 kcal; Białko ogółem: 145.18 g; Tłuszcz: 100.93 g; Węglowodany ogółem: 377.32 g; Sól: 8.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.08 g; suma cukrów prostych: 150.61 g; Błonnik pokarmowy: 20.49 g;

piątek 2025-03-07		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*, Salata 10g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2372.37 kcal; Białko ogółem: 89.44 g; Tłuszcz: 67.39 g; Węglowodany ogółem: 351.83 g; Sól: 6.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.66 g; suma cukrów prostych: 127.41 g; Błonnik pokarmowy: 19.92 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-03-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 50g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, Sos myśliwski 100g (1),	Masło 15g*(2), Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta rybna z twarogiem 70g (2,4), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Grejfrut 1/2 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2722.90 kcal; Białko ogółem: 87.31 g; Tłuszcz: 86.54 g; Węglowodany ogółem: 404.65 g; Sól: 6.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.87 g; suma cukrów prostych: 114.93 g; Błonnik pokarmowy: 35.95 g;

<b>sobota 2025-03-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Pulpet parowany 80g* (1,3), ziemniaki 200g*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, szynka piastowska 50g(8), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2337.25 kcal; Białko ogółem: 68.77 g; Tłuszcz: 60.09 g; Węglowodany ogółem: 385.63 g; Sól: 5.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.66 g; suma cukrów prostych: 100.07 g; Błonnik pokarmowy: 30.11 g;

<b>sobota 2025-03-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 200g*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2643.83 kcal; Białko ogółem: 121.31 g; Tłuszcz: 73.35 g; Węglowodany ogółem: 380.24 g; Sól: 5.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.55 g; suma cukrów prostych: 102.17 g; Błonnik pokarmowy: 29.82 g;

<b>sobota 2025-03-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarówek 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2422.50 kcal; Białko ogółem: 112.24 g; Tłuszcz: 59.84 g; Węglowodany ogółem: 363.57 g; Sól: 5.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.26 g; suma cukrów prostych: 103.64 g; Błonnik pokarmowy: 28.27 g;

<b>sobota 2025-03-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 200g*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2539.73 kcal; Białko ogółem: 111.84 g; Tłuszcz: 71.52 g; Węglowodany ogółem: 366.87 g; Sól: 5.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.71 g; suma cukrów prostych: 100.79 g; Błonnik pokarmowy: 28.06 g;

<b>sobota 2025-03-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g , serek homo owocowy 70g (2), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Pulpet parowany 80g* (1,3), ziemniaki 200g*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2668.00 kcal; Białko ogółem: 105.53 g; Tłuszcz: 82.43 g; Węglowodany ogółem: 381.17 g; Sól: 6.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.43 g; suma cukrów prostych: 94.13 g; Błonnik pokarmowy: 30.11 g;

<b>sobota 2025-03-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata 250g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200 g, Masło 10g(2),	Herbata 250g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), masło 10g - 1 szt. (2),



## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2019.67 kcal; Białko ogółem: 64.23 g; Tłuszcz: 65.45 g; Węglowodany ogółem: 306.91 g; Sól: 3.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.40 g; suma cukrów prostych: 81.65 g; Błonnik pokarmowy: 24.72 g;

sobota 2025-03-08 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Herbata 250g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200 g, Jarzynka gotowana 150g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2006.80 kcal; Białko ogółem: 79.75 g; Tłuszcz: 77.73 g; Węglowodany ogółem: 256.58 g; Sól: 5.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.47 g; suma cukrów prostych: 109.10 g; Błonnik pokarmowy: 18.12 g;

sobota 2025-03-08 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, 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*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 30g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2198.00 kcal; Białko ogółem: 73.41 g; Tłuszcz: 72.15 g; Węglowodany ogółem: 312.55 g; Sól: 4.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.00 g; suma cukrów prostych: 104.37 g; Błonnik pokarmowy: 21.98 g;

sobota 2025-03-08 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), gruszka 1 szt., Grejfrut 1/2 szt , Kompot z owoców mroz.b/c 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), ziemniaki 200g*, sos szpinakowy 100ml (1,2), surówka z marchewki z jabłkiem 120g,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2269.97 kcal; Białko ogółem: 72.67 g; Tłuszcz: 58.51 g; Węglowodany ogółem: 382.30 g; Sól: 4.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.61 g; suma cukrów prostych: 85.53 g; Błonnik pokarmowy: 44.06 g;

sobota 2025-03-08 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, gruszka 1 szt., Pulpet parowany 80g* (1,3), ziemniaki 200g*, 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), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2434.67 kcal; Białko ogółem: 70.30 g; Tłuszcz: 61.98 g; Węglowodany ogółem: 419.12 g; Sól: 5.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.71 g; suma cukrów prostych: 94.93 g; Błonnik pokarmowy: 41.69 g;

sobota 2025-03-08 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Ryż na mleku 350 ml*(2), czarnuszka 2g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 200g (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1916.30 kcal; Białko ogółem: 90.61 g; Tłuszcz: 53.17 g; Węglowodany ogółem: 279.66 g; Sól: 3.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.40 g; suma cukrów prostych: 71.92 g; Błonnik pokarmowy: 24.28 g;

sobota 2025-03-08 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., polędwica sopocka 50g(1,8), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami b/ml (1,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Salata zielona z sosem winegret 80g, ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, szynka piastowska 50g(8), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 20g(9), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2131.15 kcal; Białko ogółem: 76.74 g; Tłuszcz: 45.96 g; Węglowodany ogółem: 350.07 g; Sól: 6.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.53 g; suma cukrów prostych: 81.70 g; Błonnik pokarmowy: 27.23 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Rzodkiew biała 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Pulpet parowany 80g* (1,3), ziemniaki 200g*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, szynka piastowska 50g(8), roszponka 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2165.45 kcal; Białko ogółem: 68.52 g; Tłuszcz: 41.21 g; Węglowodany ogółem: 385.39 g; Sól: 6.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.37 g; suma cukrów prostych: 99.86 g; Błonnik pokarmowy: 30.11 g;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Rzodkiew biała 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana 100g,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszponka 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2704.45 kcal; Białko ogółem: 114.73 g; Tłuszcz: 78.10 g; Węglowodany ogółem: 389.32 g; Sól: 5.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.79 g; suma cukrów prostych: 115.05 g; Błonnik pokarmowy: 26.41 g;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Grejfrut 1/2 szt., Pulpet parowany 80g* (1,3), ziemniaki 200g*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 50g (1), szynka piastowska 50g(8), ogórek zielony 100g, roszponka 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2227.77 kcal; Białko ogółem: 69.68 g; Tłuszcz: 45.79 g; Węglowodany ogółem: 389.81 g; Sól: 6.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.98 g; suma cukrów prostych: 103.44 g; Błonnik pokarmowy: 35.20 g;

sobota 2025-03-08 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), Rzodkiew biała 100g, Twaróg 100g (2), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynki 150g, bukiet warzyw dieta 120g, Pulpet parowany 80g* (1,3), ziemniaki 200g*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszponka 5g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2681.90 kcal; Białko ogółem: 112.77 g; Tłuszcz: 83.89 g; Węglowodany ogółem: 374.21 g; Sól: 6.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.42 g; suma cukrów prostych: 87.55 g; Błonnik pokarmowy: 29.96 g;

sobota 2025-03-08 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), jabłko deserowe 1 szt., Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, mandarynka 1 szt., Pulpet parowany 80g* (1,3), ziemniaki 200g*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ogórek zielony 100g, ser żółty 60g (2), roszponka 5g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2647.55 kcal; Białko ogółem: 96.67 g; Tłuszcz: 76.62 g; Węglowodany ogółem: 397.14 g; Sól: 7.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.59 g; suma cukrów prostych: 112.11 g; Błonnik pokarmowy: 28.23 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-03-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), papryka św. 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350g (1,2), roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 50g (1),	pieczarkowa z makaronem350ml.(1,2,3,8), Kotlet schabowy - 100g (1,2,3), Ziemniaki 200g*, kapusta biała zasmażana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 30g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2905.43 kcal; Białko ogółem: 109.53 g; Tłuszcz: 101.53 g; Węglowodany ogółem: 394.62 g; Sól: 7.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.84 g; suma cukrów prostych: 97.24 g; Błonnik pokarmowy: 30.79 g;

<b>niedziela 2025-03-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350g (1,2), roszponka 5g,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), schab gotowany 100g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2704.37 kcal; Białko ogółem: 118.67 g; Tłuszcz: 87.13 g; Węglowodany ogółem: 364.19 g; Sól: 6.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.64 g; suma cukrów prostych: 113.26 g; Błonnik pokarmowy: 27.82 g;

<b>niedziela 2025-03-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Gryskowa 300ml (1,8,13), schab gotowany 100g, ziemniaki b/soli 200g m, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homogenizowany 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2404.69 kcal; Białko ogółem: 108.21 g; Tłuszcz: 70.32 g; Węglowodany ogółem: 335.85 g; Sól: 6.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.48 g; suma cukrów prostych: 108.47 g; Błonnik pokarmowy: 24.51 g;

<b>niedziela 2025-03-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2706.86 kcal; Białko ogółem: 108.49 g; Tłuszcz: 87.25 g; Węglowodany ogółem: 375.07 g; Sól: 6.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.68 g; suma cukrów prostych: 107.25 g; Błonnik pokarmowy: 28.34 g;

<b>niedziela 2025-03-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, roszponka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homogenizowany 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2601.76 kcal; Białko ogółem: 111.79 g; Tłuszcz: 73.10 g; Węglowodany ogółem: 376.37 g; Sól: 5.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.14 g; suma cukrów prostych: 108.81 g; Błonnik pokarmowy: 26.45 g;

<b>niedziela 2025-03-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), schab gotowany 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twaróg 100g (2), rukola 5g, serek homogenizowany 70g (2),
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2923.17 kcal; Białko ogółem: 149.90 g; Tłuszcz: 91.83 g; Węglowodany ogółem: 377.06 g; Sól: 6.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.44 g; suma cukrów prostych: 125.42 g; Błonnik pokarmowy: 27.82 g;

<b>niedziela 2025-03-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
-------------------------------------------------------------------------------	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2496.44 kcal; Białko ogółem: 114.35 g; Tłuszcz: 91.98 g; Węglowodany ogółem: 315.03 g; Sól: 2.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.20 g; suma cukrów prostych: 94.18 g; Błonnik pokarmowy: 27.24 g;

niedziela 2025-03-09 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmieńne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2263.01 kcal; Białko ogółem: 99.41 g; Tłuszcz: 88.39 g; Węglowodany ogółem: 277.30 g; Sól: 2.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.40 g; suma cukrów prostych: 121.64 g; Błonnik pokarmowy: 22.85 g;

niedziela 2025-03-09 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Jarzynka gotowana 100g* (1,2,13), pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2599.21 kcal; Białko ogółem: 111.06 g; Tłuszcz: 77.09 g; Węglowodany ogółem: 366.24 g; Sól: 6.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.04 g; suma cukrów prostych: 126.79 g; Błonnik pokarmowy: 23.91 g;

niedziela 2025-03-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), ogórek konserwowy 100g*, Parówka na gorąco 1szt-60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,	tomatowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), schab gotowany 100g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mandarynki 150g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), papryka św. 100g , herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2530.07 kcal; Białko ogółem: 113.22 g; Tłuszcz: 82.86 g; Węglowodany ogółem: 348.34 g; Sól: 6.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.59 g; suma cukrów prostych: 90.86 g; Błonnik pokarmowy: 35.57 g;

niedziela 2025-03-09 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 65g (1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , rzodkiewka talarki 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	tomatowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), schab gotowany 100g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2746.47 kcal; Białko ogółem: 120.00 g; Tłuszcz: 86.06 g; Węglowodany ogółem: 390.60 g; Sól: 5.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.25 g; suma cukrów prostych: 113.98 g; Błonnik pokarmowy: 39.38 g;

niedziela 2025-03-09 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), mandarynka 1 szt., chleb b/glutenowy 3 kromki, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), schab gotowany 100g, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2083.30 kcal; Białko ogółem: 87.76 g; Tłuszcz: 58.38 g; Węglowodany ogółem: 310.19 g; Sól: 2.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.03 g; suma cukrów prostych: 86.39 g; Błonnik pokarmowy: 24.39 g;

niedziela 2025-03-09 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka talarki 100g, schab na kartki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g ,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), schab gotowany 100g, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	miód 1 szt.(25g), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), mandarynka 1 szt.,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1992.25 kcal; Białko ogółem: 78.65 g; Tłuszcz: 25.22 g; Węglowodany ogółem: 367.41 g; Sól: 6.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.28 g; suma cukrów prostych: 72.78 g; Błonnik pokarmowy: 31.97 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-09		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), roszponka 5g ,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), schab gotowany 100g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	serek homog.naturalny 70g. (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopt bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2426.57 kcal; Białko ogółem: 121.78 g; Tłuszcz: 54.18 g; Węglowodany ogółem: 365.73 g; Sól: 5.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.82 g; suma cukrów prostych: 114.38 g; Błonnik pokarmowy: 27.76 g;

niedziela 2025-03-09		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopt bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2428.66 kcal; Białko ogółem: 86.08 g; Tłuszcz: 76.23 g; Węglowodany ogółem: 351.39 g; Sól: 6.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.43 g; suma cukrów prostych: 120.51 g; Błonnik pokarmowy: 26.67 g;

niedziela 2025-03-09		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), szynka konserwowa 50g (8), ogórek konserwowy 100g*, roszponka 5g , chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), kasza manna na mleku 350g (1,2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), schab gotowany 100g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynki 150g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 50g (1), papryka św. 100g , margaryna roślinna lactima 10g , rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopt bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2552.82 kcal; Białko ogółem: 124.67 g; Tłuszcz: 54.43 g; Węglowodany ogółem: 394.33 g; Sól: 7.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.21 g; suma cukrów prostych: 138.27 g; Błonnik pokarmowy: 29.23 g;

niedziela 2025-03-09		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rzodkiewka talarki 100g, Parówka na gorąco 1szt-60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), schab gotowany 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, ser żółty 60g (2), rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopt bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3114.22 kcal; Białko ogółem: 159.19 g; Tłuszcz: 116.10 g; Węglowodany ogółem: 360.54 g; Sól: 8.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 55.13 g; suma cukrów prostych: 112.85 g; Błonnik pokarmowy: 27.29 g;

niedziela 2025-03-09		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Parówka na gorąco 1szt-60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), schab gotowany 100g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	ser żółty 60g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 50g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> kiwi 1szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopt bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2552.87 kcal; Białko ogółem: 111.84 g; Tłuszcz: 88.31 g; Węglowodany ogółem: 329.15 g; Sól: 7.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.22 g; suma cukrów prostych: 83.13 g; Błonnik pokarmowy: 25.75 g;

Dietetyk

.....