

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-03-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250 g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Fasolka po bretońsku 250g* (1,8), Salata 10g, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), ogórek zielony 100g, szynka piastowska 50g(8), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2521.98 kcal; Białko ogółem: 84.31 g; Tłuszcz: 70.68 g; Węglowodany ogółem: 395.88 g; Sól: 5.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.76 g; suma cukrów prostych: 99.88 g; Błonnik pokarmowy: 35.34 g;

<b>poniedziałek 2025-03-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250 g, Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2527.17 kcal; Białko ogółem: 84.09 g; Tłuszcz: 74.96 g; Węglowodany ogółem: 385.63 g; Sól: 6.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.63 g; suma cukrów prostych: 101.94 g; Błonnik pokarmowy: 30.81 g;

<b>poniedziałek 2025-03-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2619.57 kcal; Białko ogółem: 97.18 g; Tłuszcz: 78.25 g; Węglowodany ogółem: 388.22 g; Sól: 6.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.59 g; suma cukrów prostych: 104.18 g; Błonnik pokarmowy: 30.81 g;

<b>poniedziałek 2025-03-17</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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, 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, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2475.93 kcal; Białko ogółem: 96.26 g; Tłuszcz: 77.31 g; Węglowodany ogółem: 353.24 g; Sól: 6.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.45 g; suma cukrów prostych: 103.78 g; Błonnik pokarmowy: 26.72 g;

<b>poniedziałek 2025-03-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, 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), roszponka 5g , rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2498.73 kcal; Białko ogółem: 95.59 g; Tłuszcz: 80.25 g; Węglowodany ogółem: 353.68 g; Sól: 6.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.20 g; suma cukrów prostych: 102.85 g; Błonnik pokarmowy: 28.02 g;

<b>poniedziałek 2025-03-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homo waniliowy 70g*(2), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), roszponka 5g , twaróg krajanka 70g (2),
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2706.37 kcal; Białko ogółem: 109.71 g; Tłuszcz: 78.25 g; Węglowodany ogółem: 397.39 g; Sól: 6.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.59 g; suma cukrów prostych: 113.14 g; Błonnik pokarmowy: 30.81 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-17		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV
Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g,	Ryżowa 400ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2070.18 kcal; Białko ogółem: 105.63 g; Tłuszcz: 65.95 g; Węglowodany ogółem: 275.13 g; Sól: 3.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.41 g; suma cukrów prostych: 79.30 g; Błonnik pokarmowy: 26.92 g;

poniedziałek 2025-03-17		Jadłospis dla diety: Płynna XIII
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Jarzynka gotowana 150g*, masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2150.63 kcal; Białko ogółem: 96.33 g; Tłuszcz: 88.14 g; Węglowodany ogółem: 251.24 g; Sól: 3.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.80 g; suma cukrów prostych: 106.32 g; Błonnik pokarmowy: 20.10 g;

poniedziałek 2025-03-17		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2296.00 kcal; Białko ogółem: 89.15 g; Tłuszcz: 75.16 g; Węglowodany ogółem: 312.74 g; Sól: 5.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.26 g; suma cukrów prostych: 109.17 g; Błonnik pokarmowy: 21.00 g;

poniedziałek 2025-03-17		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI
Herbata b/c 250 g, chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka piastowska 50g(8), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2143.62 kcal; Białko ogółem: 72.24 g; Tłuszcz: 67.20 g; Węglowodany ogółem: 328.80 g; Sól: 4.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.46 g; suma cukrów prostych: 47.76 g; Błonnik pokarmowy: 37.49 g;

poniedziałek 2025-03-17		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V
Herbata b/c 250 g, chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: śliwki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2439.87 kcal; Białko ogółem: 84.34 g; Tłuszcz: 74.76 g; Węglowodany ogółem: 375.51 g; Sól: 5.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.88 g; suma cukrów prostych: 60.16 g; Błonnik pokarmowy: 40.82 g;

poniedziałek 2025-03-17		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Marchew gotowana 100g, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2038.20 kcal; Białko ogółem: 86.50 g; Tłuszcz: 59.50 g; Węglowodany ogółem: 298.13 g; Sól: 1.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.53 g; suma cukrów prostych: 107.77 g; Błonnik pokarmowy: 21.03 g;

poniedziałek 2025-03-17		Jadłospis dla diety: Kleikowa XXI
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), herbata b/cukru 250 g,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata bez cukru 250g,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata bez cukru 250g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 365.40 kcal; Białko ogółem: 9.14 g; Tłuszcz: 1.37 g; Węglowodany ogółem: 80.54 g; Sól: 0.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.19 g; suma cukrów prostych: 0.11 g; Błonnik pokarmowy: 2.63 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-17		
Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, filet pieczony z indyka 60g, pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Pulpet parowany 80g* (1,3), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1794.60 kcal; Białko ogółem: 53.20 g; Tłuszcz: 30.61 g; Węglowodany ogółem: 331.65 g; Sól: 6.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 6.71 g; suma cukrów prostych: 91.13 g; Błonnik pokarmowy: 27.13 g;

poniedziałek 2025-03-17		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2355.37 kcal; Białko ogółem: 83.85 g; Tłuszcz: 56.09 g; Węglowodany ogółem: 385.39 g; Sól: 6.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.34 g; suma cukrów prostych: 101.73 g; Błonnik pokarmowy: 30.81 g;

poniedziałek 2025-03-17		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), roszonek 5g, pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszonek 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2521.95 kcal; Białko ogółem: 91.56 g; Tłuszcz: 76.47 g; Węglowodany ogółem: 372.15 g; Sól: 5.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.54 g; suma cukrów prostych: 136.32 g; Błonnik pokarmowy: 28.82 g;

poniedziałek 2025-03-17		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, roszonek 5g, kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, szynka piastowska 50g(8), ogórek zielony 100g, Herbata bez cukru 250g, roszonek 5g,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2231.07 kcal; Białko ogółem: 85.10 g; Tłuszcz: 57.61 g; Węglowodany ogółem: 347.04 g; Sól: 6.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.56 g; suma cukrów prostych: 71.28 g; Błonnik pokarmowy: 30.91 g;

poniedziałek 2025-03-17		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), roszonek 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), ser żółty 60g (2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Banan 1 szt, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), roszonek 5g, twaróg krajanka 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
		<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3257.37 kcal; Białko ogółem: 154.22 g; Tłuszcz: 115.29 g; Węglowodany ogółem: 407.18 g; Sól: 8.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.08 g; suma cukrów prostych: 121.44 g; Błonnik pokarmowy: 30.91 g;

poniedziałek 2025-03-17		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2536.77 kcal; Białko ogółem: 92.38 g; Tłuszcz: 68.70 g; Węglowodany ogółem: 393.31 g; Sól: 6.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.56 g; suma cukrów prostych: 112.99 g; Błonnik pokarmowy: 29.77 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2025-03-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*	Krupnik 350ml(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*	rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g, Masło 15g*(2),
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2659.56 kcal; Białko ogółem: 107.60 g; Tłuszcz: 89.87 g; Węglowodany ogółem: 361.60 g; Sól: 7.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.71 g; suma cukrów prostych: 106.52 g; Błonnik pokarmowy: 31.47 g;

<b>wtorek 2025-03-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kawa z mlekiem 250g (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), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*	Krupnik 350ml(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2631.65 kcal; Białko ogółem: 109.36 g; Tłuszcz: 87.46 g; Węglowodany ogółem: 355.91 g; Sól: 7.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.78 g; suma cukrów prostych: 100.01 g; Błonnik pokarmowy: 26.55 g;

<b>wtorek 2025-03-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), schab duszony 80g w sosie własnym (1),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2502.61 kcal; Białko ogółem: 116.79 g; Tłuszcz: 68.89 g; Węglowodany ogółem: 357.98 g; Sól: 6.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.58 g; suma cukrów prostych: 101.99 g; Błonnik pokarmowy: 26.49 g;

<b>wtorek 2025-03-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), pomidor 100g, rozszponka 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2282.73 kcal; Białko ogółem: 113.30 g; Tłuszcz: 68.23 g; Węglowodany ogółem: 311.18 g; Sól: 4.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.20 g; suma cukrów prostych: 101.31 g; Błonnik pokarmowy: 23.18 g;

<b>wtorek 2025-03-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2),
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2267.29 kcal; Białko ogółem: 111.33 g; Tłuszcz: 60.94 g; Węglowodany ogółem: 320.82 g; Sól: 6.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.23 g; suma cukrów prostych: 77.58 g; Błonnik pokarmowy: 23.71 g;

<b>wtorek 2025-03-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), serek homo waniliowy 70g*(2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), schab duszony 80g w sosie własnym (1),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2195.01 kcal; Białko ogółem: 115.03 g; Tłuszcz: 66.93 g; Węglowodany ogółem: 284.54 g; Sól: 6.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.57 g; suma cukrów prostych: 88.87 g; Błonnik pokarmowy: 21.69 g;

<b>wtorek 2025-03-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Jarzynka gotowana 150g*, Mięso mielone drobiowe 90g*,

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2124.03 kcal; Białko ogółem: 110.86 g; Tłuszcz: 56.16 g; Węglowodany ogółem: 307.53 g; Sól: 3.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.46 g; suma cukrów prostych: 100.69 g; Błonnik pokarmowy: 26.08 g;

wtorek 2025-03-18 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Masło 15g*(2), buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2372.35 kcal; Białko ogółem: 107.49 g; Tłuszcz: 95.51 g; Węglowodany ogółem: 279.49 g; Sól: 2.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.47 g; suma cukrów prostych: 137.73 g; Błonnik pokarmowy: 16.57 g;

wtorek 2025-03-18 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2448.60 kcal; Białko ogółem: 110.16 g; Tłuszcz: 71.93 g; Węglowodany ogółem: 340.64 g; Sól: 6.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.14 g; suma cukrów prostych: 105.01 g; Błonnik pokarmowy: 23.21 g;

wtorek 2025-03-18 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z białej rzodkwi z rozspinką i czarnuszką 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, schab duszony 80g w sosie własnym (1), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, mandarynki 150g,	Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 15g*(2), rukola 5g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*,
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Podwieczorek:</b> Biszkopt bez cukru 30g (1,3),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2425.70 kcal; Białko ogółem: 95.42 g; Tłuszcz: 79.48 g; Węglowodany ogółem: 351.41 g; Sól: 7.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.84 g; suma cukrów prostych: 54.54 g; Błonnik pokarmowy: 39.94 g;

wtorek 2025-03-18 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozspinką i czarnuszką 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), chleb razowy 40g(1), Ziemniaki 200g*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, schab duszony 80g w sosie własnym (1),	kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2787.07 kcal; Białko ogółem: 116.52 g; Tłuszcz: 78.11 g; Węglowodany ogółem: 419.25 g; Sól: 8.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.13 g; suma cukrów prostych: 87.09 g; Błonnik pokarmowy: 38.62 g;

wtorek 2025-03-18 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozspinką i czarnuszką 100g*,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane b/mąki 120g, Filet z kurczaka gotowany 80g,	chleb b/glutenowy 3 kromki, rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, szynka na kartki 50g*, pomidor 100g, Masło 15g*(2),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1849.43 kcal; Białko ogółem: 92.24 g; Tłuszcz: 52.71 g; Węglowodany ogółem: 261.71 g; Sól: 4.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.49 g; suma cukrów prostych: 67.52 g; Błonnik pokarmowy: 22.79 g;

wtorek 2025-03-18 Jadłospis dla diety: Kleikowa XXI		
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata bez cukru 250g,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata bez cukru 250g,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata bez cukru 250g,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 425.40 kcal; Białko ogółem: 13.44 g; Tłuszcz: 3.37 g; Węglowodany ogółem: 86.74 g; Sól: 0.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.38 g; suma cukrów prostych: 4.31 g; Błonnik pokarmowy: 2.63 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-03-18			Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, dżem 50g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*.		Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane b/mleka 120g(1), schab duszony 80g w sosie własnym (1),		kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, margaryna roślinna lactima 10g, pomidor 100g, filet pieczony z indyka 60g,	
		Podwieczorek: mandarynki 150g,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2000.31 kcal; Białko ogółem: 85.13 g; Tłuszcz: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 346.65 g; Sól: 7.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.69 g; suma cukrów prostych: 83.56 g; Błonnik pokarmowy: 27.43 g;

wtorek 2025-03-18			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*.		Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), schab duszony 80g w sosie własnym (1),		kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, Herbata z cukrem 250 g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*.	
		Podwieczorek: mandarynki 150g,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2547.00 kcal; Białko ogółem: 109.22 g; Tłuszcz: 75.96 g; Węglowodany ogółem: 360.76 g; Sól: 7.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.26 g; suma cukrów prostych: 104.88 g; Błonnik pokarmowy: 26.55 g;

wtorek 2025-03-18			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*.		Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Jajko sadzone 1szt*(3),		kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: mandarynki 150g,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2542.20 kcal; Białko ogółem: 106.94 g; Tłuszcz: 76.68 g; Węglowodany ogółem: 359.94 g; Sól: 6.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.00 g; suma cukrów prostych: 110.91 g; Błonnik pokarmowy: 26.27 g;

wtorek 2025-03-18			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), twaróg krajanka 70g (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*.		Krupnik 350ml(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynki 150g,		kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g,	
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,		Podwieczorek: Biskopki bez cukru 30g (1,3),		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2541.82 kcal; Białko ogółem: 118.72 g; Tłuszcz: 60.55 g; Węglowodany ogółem: 387.01 g; Sól: 7.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.39 g; suma cukrów prostych: 110.12 g; Błonnik pokarmowy: 32.43 g;

wtorek 2025-03-18			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*, szynka farmerska 40g(1,2,11,13),		Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), schab duszony 80g w sosie własnym (1),		kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g,	
		Podwieczorek: mandarynki 150g,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2796.86 kcal; Białko ogółem: 121.66 g; Tłuszcz: 108.05 g; Węglowodany ogółem: 337.97 g; Sól: 9.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.94 g; suma cukrów prostych: 83.04 g; Błonnik pokarmowy: 25.47 g;

wtorek 2025-03-18			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*.		Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), schab duszony 80g w sosie własnym (1),		kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g,	
		Podwieczorek: mandarynki 150g,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2492.36 kcal; Białko ogółem: 101.41 g; Tłuszcz: 82.78 g; Węglowodany ogółem: 339.45 g; Sól: 7.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.99 g; suma cukrów prostych: 83.56 g; Błonnik pokarmowy: 26.55 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2025-03-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Herbata z cukrem 250ml*	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), sos spaghetti 180g z mięsem i warzywami* (1,13), Sałata 10g, Makaron 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Grejfrut 1/2 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2572.69 kcal; Białko ogółem: 91.60 g; Tłuszcz: 83.26 g; Węglowodany ogółem: 367.01 g; Sól: 5.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.82 g; suma cukrów prostych: 77.66 g; Błonnik pokarmowy: 29.01 g;

<b>środa 2025-03-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), pomidor 100g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g, Makaron z sosem mięsno-pomidor. 350g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g .
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2459.20 kcal; Białko ogółem: 83.88 g; Tłuszcz: 63.60 g; Węglowodany ogółem: 389.17 g; Sól: 5.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.91 g; suma cukrów prostych: 104.89 g; Błonnik pokarmowy: 25.19 g;

<b>środa 2025-03-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	ziemniaczana 400ml m b/soli(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g, Makaron z sosem mięsno-pomidor. 350g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2433.20 kcal; Białko ogółem: 89.49 g; Tłuszcz: 57.20 g; Węglowodany ogółem: 392.46 g; Sól: 5.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.61 g; suma cukrów prostych: 109.61 g; Błonnik pokarmowy: 27.33 g;

<b>środa 2025-03-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), mięso drobiowe gotowane 100g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2469.97 kcal; Białko ogółem: 86.26 g; Tłuszcz: 70.05 g; Węglowodany ogółem: 376.48 g; Sól: 5.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.76 g; suma cukrów prostych: 109.53 g; Błonnik pokarmowy: 27.83 g;

<b>środa 2025-03-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), mięso drobiowe gotowane 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 200g*	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2537.57 kcal; Białko ogółem: 100.22 g; Tłuszcz: 70.40 g; Węglowodany ogółem: 379.23 g; Sól: 5.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.96 g; suma cukrów prostych: 110.70 g; Błonnik pokarmowy: 29.13 g;

<b>środa 2025-03-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), pomidor 100g, szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g, Makaron z sosem mięsno-pomidor. 350g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2596.40 kcal; Białko ogółem: 111.60 g; Tłuszcz: 64.30 g; Węglowodany ogółem: 394.07 g; Sól: 5.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.30 g; suma cukrów prostych: 109.23 g; Błonnik pokarmowy: 25.19 g;

<b>środa 2025-03-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata 250g,	ziemniaczana 400ml płynna, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g (2), brokuły z wody 150g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2),
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*

## Jadłospisy dla oddziałów

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

środa 2025-03-19 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

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

środa 2025-03-19 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2112.20 kcal; Białko ogółem: 76.55 g; Tłuszcz: 66.45 g; Węglowodany ogółem: 297.80 g; Sól: 4.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.96 g; suma cukrów prostych: 107.71 g; Błonnik pokarmowy: 18.50 g;

środa 2025-03-19 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), rukola 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Grejfrut 1/2 szt , Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 300g (1,2,13),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszonka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Kefir 150g(2) 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2267.48 kcal; Białko ogółem: 86.90 g; Tłuszcz: 66.30 g; Węglowodany ogółem: 342.39 g; Sól: 4.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.90 g; suma cukrów prostych: 59.18 g; Błonnik pokarmowy: 34.79 g;

środa 2025-03-19 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 300g (1,2,13),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszonka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Grejfrut 1/2 szt ,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2355.95 kcal; Białko ogółem: 91.11 g; Tłuszcz: 57.87 g; Węglowodany ogółem: 379.80 g; Sól: 5.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.38 g; suma cukrów prostych: 70.87 g; Błonnik pokarmowy: 35.73 g;

środa 2025-03-19 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka talarki 100g, serek homogen. naturalny 70g. (2), roszonka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2436.29 kcal; Białko ogółem: 90.14 g; Tłuszcz: 76.96 g; Węglowodany ogółem: 360.30 g; Sól: 4.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.48 g; suma cukrów prostych: 97.94 g; Błonnik pokarmowy: 30.03 g;

środa 2025-03-19 Jadłospis dla diety: Kleikowa XXI		
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 425.25 kcal; Białko ogółem: 9.14 g; Tłuszcz: 1.37 g; Węglowodany ogółem: 95.51 g; Sól: 0.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.19 g; suma cukrów prostych: 15.08 g; Błonnik pokarmowy: 2.63 g;

środa 2025-03-19 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g, kleik z kaszy manny 350ml(1), pomidor 100g,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, filet pieczony z indyka 60g , roszonka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1850.90 kcal; Białko ogółem: 75.95 g; Tłuszcz: 45.27 g; Węglowodany ogółem: 285.72 g; Sól: 8.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.14 g; suma cukrów prostych: 90.13 g; Błonnik pokarmowy: 23.89 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-03-19		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twaróg 70g (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g, Makaron z sosem mięsno-pomidor.350g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2294.50 kcal; Białko ogółem: 88.40 g; Tłuszcz: 42.28 g; Węglowodany ogółem: 391.38 g; Sól: 4.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.02 g; suma cukrów prostych: 106.85 g; Błonnik pokarmowy: 25.19 g;

środa 2025-03-19		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałata z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Sałata z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tuńczyka 100g* (4),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2861.23 kcal; Białko ogółem: 126.16 g; Tłuszcz: 84.72 g; Węglowodany ogółem: 402.51 g; Sól: 6.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.99 g; suma cukrów prostych: 112.24 g; Błonnik pokarmowy: 25.91 g;

środa 2025-03-19		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kasza manna na mleku 350g (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , Sałata z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), rukola 5g, Herbata bez cukru 250g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Grejfrut 1/2 szt , Makaron z sosem mięsno-pomidor.350g (1),	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rozspanka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2328.78 kcal; Białko ogółem: 87.27 g; Tłuszcz: 55.77 g; Węglowodany ogółem: 370.34 g; Sól: 5.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.55 g; suma cukrów prostych: 75.62 g; Błonnik pokarmowy: 29.74 g;

środa 2025-03-19		
Jadłospis dla diety: Mukowicydoza XVI		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Sałata z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), szynka konserwowa 50g (8),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g, Makaron z sosem mięsno-pomidor.350g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, ser żółty 60g (2), rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2974.28 kcal; Białko ogółem: 130.22 g; Tłuszcz: 93.01 g; Węglowodany ogółem: 406.98 g; Sól: 7.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.63 g; suma cukrów prostych: 110.53 g; Błonnik pokarmowy: 28.22 g;

środa 2025-03-19		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z sosem mięsno-pomidor.350g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), kajzerka 50g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2463.70 kcal; Białko ogółem: 85.90 g; Tłuszcz: 65.03 g; Węglowodany ogółem: 386.77 g; Sól: 5.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.78 g; suma cukrów prostych: 101.02 g; Błonnik pokarmowy: 24.54 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-03-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), schab benedykta 50g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka św. 100g , roszonek 5g ,	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Filet z kurczaka panier. 100g*(1,3,13),	Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, ogórek zielony 100g, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2687.51 kcal; Białko ogółem: 95.73 g; Tłuszcz: 79.26 g; Węglowodany ogółem: 404.72 g; Sól: 6.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.17 g; suma cukrów prostych: 125.91 g; Błonnik pokarmowy: 32.04 g;

<b>czwartek 2025-03-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuly z wody 120 g, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2402.05 kcal; Białko ogółem: 114.46 g; Tłuszcz: 63.68 g; Węglowodany ogółem: 348.75 g; Sól: 6.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.38 g; suma cukrów prostych: 85.67 g; Błonnik pokarmowy: 29.97 g;

<b>czwartek 2025-03-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Sałatka z roszonek, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuly z wody 120 g, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2421.15 kcal; Białko ogółem: 134.56 g; Tłuszcz: 63.13 g; Węglowodany ogółem: 334.20 g; Sól: 5.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.66 g; suma cukrów prostych: 92.39 g; Błonnik pokarmowy: 29.25 g;

<b>czwartek 2025-03-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, brokuly z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2254.91 kcal; Białko ogółem: 121.84 g; Tłuszcz: 52.92 g; Węglowodany ogółem: 325.27 g; Sól: 6.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.03 g; suma cukrów prostych: 87.97 g; Błonnik pokarmowy: 23.45 g;

<b>czwartek 2025-03-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2257.76 kcal; Białko ogółem: 121.17 g; Tłuszcz: 55.86 g; Węglowodany ogółem: 320.72 g; Sól: 6.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.79 g; suma cukrów prostych: 82.05 g; Błonnik pokarmowy: 24.75 g;

<b>czwartek 2025-03-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, twarożek 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuly z wody 120 g, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2539.25 kcal; Białko ogółem: 142.18 g; Tłuszcz: 64.38 g; Węglowodany ogółem: 353.65 g; Sól: 6.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.77 g; suma cukrów prostych: 90.01 g; Błonnik pokarmowy: 29.97 g;

<b>czwartek 2025-03-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g.
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2390.98 kcal; Białko ogółem: 132.30 g; Tłuszcz: 77.91 g; Węglowodany ogółem: 304.59 g; Sól: 2.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.68 g; suma cukrów prostych: 86.18 g; Błonnik pokarmowy: 28.00 g;

czwartek 2025-03-20 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2309.75 kcal; Białko ogółem: 114.30 g; Tłuszcz: 94.47 g; Węglowodany ogółem: 261.39 g; Sól: 2.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.50 g; suma cukrów prostych: 111.28 g; Błonnik pokarmowy: 20.85 g;

czwartek 2025-03-20 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2539.70 kcal; Białko ogółem: 104.92 g; Tłuszcz: 72.44 g; Węglowodany ogółem: 370.27 g; Sól: 6.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.42 g; suma cukrów prostych: 118.30 g; Błonnik pokarmowy: 28.67 g;

czwartek 2025-03-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g , roszonek 5g ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, pomarańcza 1 szt, Sos koperkowy 100g (1,2),	Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
<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*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2451.68 kcal; Białko ogółem: 119.57 g; Tłuszcz: 79.32 g; Węglowodany ogółem: 332.07 g; Sól: 6.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.02 g; suma cukrów prostych: 62.06 g; Błonnik pokarmowy: 39.16 g;

czwartek 2025-03-20 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2523.78 kcal; Białko ogółem: 117.63 g; Tłuszcz: 65.94 g; Węglowodany ogółem: 386.38 g; Sól: 5.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.47 g; suma cukrów prostych: 81.24 g; Błonnik pokarmowy: 42.63 g;

czwartek 2025-03-20 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
twarożek 70g (2), Masło 20g* (2), Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, pomidor 100g, ser żółty 60g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2030.51 kcal; Białko ogółem: 110.40 g; Tłuszcz: 59.44 g; Węglowodany ogółem: 271.72 g; Sól: 4.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.19 g; suma cukrów prostych: 82.17 g; Błonnik pokarmowy: 20.17 g;

czwartek 2025-03-20 Jadłospis dla diety: Kleikowa XXI		
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 425.25 kcal; Białko ogółem: 9.14 g; Tłuszcz: 1.37 g; Węglowodany ogółem: 95.51 g; Sól: 0.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.19 g; suma cukrów prostych: 15.08 g; Błonnik pokarmowy: 2.63 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-03-20 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Filet z kurczaka gotowany 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1751.71 kcal; Białko ogółem: 74.45 g; Tłuszcz: 21.73 g; Węglowodany ogółem: 316.00 g; Sól: 6.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 6.74 g; suma cukrów prostych: 78.64 g; Błonnik pokarmowy: 25.35 g;

czwartek 2025-03-20 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g , rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2230.25 kcal; Białko ogółem: 114.21 g; Tłuszcz: 44.81 g; Węglowodany ogółem: 348.50 g; Sól: 6.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.08 g; suma cukrów prostych: 85.46 g; Błonnik pokarmowy: 29.97 g;

czwartek 2025-03-20 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser żółty 50g(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2622.15 kcal; Białko ogółem: 114.98 g; Tłuszcz: 89.57 g; Węglowodany ogółem: 344.53 g; Sól: 7.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.93 g; suma cukrów prostych: 85.02 g; Błonnik pokarmowy: 29.53 g;

czwartek 2025-03-20 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), papryka św. 100g , roszonek 5g ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, pomarańcza 1 szt, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2368.18 kcal; Białko ogółem: 127.12 g; Tłuszcz: 56.85 g; Węglowodany ogółem: 342.01 g; Sól: 6.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.19 g; suma cukrów prostych: 77.78 g; Błonnik pokarmowy: 32.90 g;

czwartek 2025-03-20 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, twarożek 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2750.65 kcal; Białko ogółem: 153.32 g; Tłuszcz: 83.43 g; Węglowodany ogółem: 352.40 g; Sól: 6.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.57 g; suma cukrów prostych: 87.84 g; Błonnik pokarmowy: 29.97 g;

czwartek 2025-03-20 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g , rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2572.65 kcal; Białko ogółem: 133.72 g; Tłuszcz: 71.53 g; Węglowodany ogółem: 355.05 g; Sól: 5.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.52 g; suma cukrów prostych: 90.39 g; Błonnik pokarmowy: 31.17 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2025-03-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), twarożek 70g (2).	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, groszek zielony 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, papryka 30g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), ser żółty 60g (2), ogórek konserwowy 100g*, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2884.98 kcal; Białko ogółem: 134.04 g; Tłuszcz: 101.71 g; Węglowodany ogółem: 362.45 g; Sól: 8.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.88 g; suma cukrów prostych: 102.58 g; Błonnik pokarmowy: 28.68 g;

<b>piątek 2025-03-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2589.38 kcal; Białko ogółem: 115.31 g; Tłuszcz: 80.50 g; Węglowodany ogółem: 353.53 g; Sól: 6.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.75 g; suma cukrów prostych: 99.25 g; Błonnik pokarmowy: 25.37 g;

<b>piątek 2025-03-21</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), twarożek 70g (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki b/soli 200g m, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2563.78 kcal; Białko ogółem: 127.57 g; Tłuszcz: 81.13 g; Węglowodany ogółem: 332.36 g; Sól: 6.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.17 g; suma cukrów prostych: 102.04 g; Błonnik pokarmowy: 23.45 g;

<b>piątek 2025-03-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2586.18 kcal; Białko ogółem: 105.37 g; Tłuszcz: 81.10 g; Węglowodany ogółem: 361.66 g; Sól: 6.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.55 g; suma cukrów prostych: 92.51 g; Błonnik pokarmowy: 25.86 g;

<b>piątek 2025-03-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), marchew gotowana 120g (1,2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2529.15 kcal; Białko ogółem: 109.62 g; Tłuszcz: 76.22 g; Węglowodany ogółem: 354.83 g; Sól: 6.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.77 g; suma cukrów prostych: 82.86 g; Błonnik pokarmowy: 27.33 g;

<b>piątek 2025-03-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twarożek 70g (2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8),
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2726.58 kcal; Białko ogółem: 143.03 g; Tłuszcz: 81.20 g; Węglowodany ogółem: 358.43 g; Sól: 6.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.14 g; suma cukrów prostych: 103.59 g; Błonnik pokarmowy: 25.37 g;

<b>piątek 2025-03-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1991.39 kcal; Białko ogółem: 94.84 g; Tłuszcz: 62.83 g; Węglowodany ogółem: 274.17 g; Sól: 1.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.61 g; suma cukrów prostych: 69.79 g; Błonnik pokarmowy: 24.65 g;

piątek 2025-03-21 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Masło 15g*(2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2157.82 kcal; Białko ogółem: 98.07 g; Tłuszcz: 94.03 g; Węglowodany ogółem: 236.20 g; Sól: 2.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.77 g; suma cukrów prostych: 106.50 g; Błonnik pokarmowy: 13.33 g;

piątek 2025-03-21 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2580.30 kcal; Białko ogółem: 106.84 g; Tłuszcz: 76.04 g; Węglowodany ogółem: 366.61 g; Sól: 5.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.98 g; suma cukrów prostych: 127.13 g; Błonnik pokarmowy: 22.36 g;

piątek 2025-03-21 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kakao b/c 250 ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), twarożek 70g (2), Salátka z pomidorem,salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), ogórek konserwowy 100g*, rozponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Biszkoty bez cukru 30g (1,3),	<b>Podwieczorek:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2409.32 kcal; Białko ogółem: 110.91 g; Tłuszcz: 76.69 g; Węglowodany ogółem: 334.84 g; Sól: 6.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.03 g; suma cukrów prostych: 60.89 g; Błonnik pokarmowy: 33.85 g;

piątek 2025-03-21 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Salátka z pomidorem,salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, twarożek 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, groszek zielony 120g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), papryka 30g,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2665.16 kcal; Białko ogółem: 123.21 g; Tłuszcz: 77.52 g; Węglowodany ogółem: 388.21 g; Sól: 5.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.13 g; suma cukrów prostych: 79.34 g; Błonnik pokarmowy: 41.06 g;

piątek 2025-03-21 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Salátka z pomidorem,salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1986.00 kcal; Białko ogółem: 94.34 g; Tłuszcz: 59.21 g; Węglowodany ogółem: 278.70 g; Sól: 4.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.82 g; suma cukrów prostych: 67.45 g; Błonnik pokarmowy: 23.30 g;

piątek 2025-03-21 Jadłospis dla diety: Kleikowa XXI		
kleik z kaszy manny 400ml (1), Herbata z cukrem 250ml*,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,	kleik z kaszy manny 400ml (1), Herbata z cukrem 250ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 390.45 kcal; Białko ogółem: 8.27 g; Tłuszcz: 1.24 g; Węglowodany ogółem: 87.84 g; Sól: 0.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.17 g; suma cukrów prostych: 15.07 g; Błonnik pokarmowy: 2.38 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-03-21 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., schab na kartki 50g*, Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Pomidorowa z ryżem b/mleka 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak 120 g, sos jarzynowy b/ml 100g (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2111.25 kcal; Białko ogółem: 81.45 g; Tłuszcz: 37.41 g; Węglowodany ogółem: 363.27 g; Sól: 10.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.35 g; suma cukrów prostych: 64.82 g; Błonnik pokarmowy: 28.53 g;

piątek 2025-03-21 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twaróg 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2417.58 kcal; Białko ogółem: 115.06 g; Tłuszcz: 61.63 g; Węglowodany ogółem: 353.29 g; Sól: 6.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.45 g; suma cukrów prostych: 99.04 g; Błonnik pokarmowy: 25.37 g;

piątek 2025-03-21 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2250.55 kcal; Białko ogółem: 115.28 g; Tłuszcz: 75.52 g; Węglowodany ogółem: 277.21 g; Sól: 5.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.92 g; suma cukrów prostych: 84.26 g; Błonnik pokarmowy: 20.46 g;

piątek 2025-03-21 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g , Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, twaróg 70g (2), kakao bez cukru 250ml (2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), jabłko deserowe 1 szt. , Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , ogórek konserwowy 100g*, szynka piastowska 50g(8), roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	<b>Podwieczorek:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2431.97 kcal; Białko ogółem: 119.78 g; Tłuszcz: 64.03 g; Węglowodany ogółem: 345.75 g; Sól: 7.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.92 g; suma cukrów prostych: 75.19 g; Błonnik pokarmowy: 24.63 g;

piątek 2025-03-21 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg 70g (2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), szynka piastowska 50g(8),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2893.58 kcal; Białko ogółem: 158.33 g; Tłuszcz: 85.10 g; Węglowodany ogółem: 376.13 g; Sól: 6.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.42 g; suma cukrów prostych: 120.79 g; Błonnik pokarmowy: 25.47 g;

piątek 2025-03-21 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
kakao 250ml (1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), miód 1 szt.(25g),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Banan 1 szt.,
<b>II Śniadanie:</b> Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2807.13 kcal; Białko ogółem: 126.93 g; Tłuszcz: 80.19 g; Węglowodany ogółem: 401.67 g; Sól: 5.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.52 g; suma cukrów prostych: 123.84 g; Błonnik pokarmowy: 26.62 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-03-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	żurek z ziemn. 350ml.(1,2,8,13), Kaszotto jarskie 250g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2326.50 kcal; Białko ogółem: 81.85 g; Tłuszcz: 87.58 g; Węglowodany ogółem: 308.33 g; Sól: 5.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.78 g; suma cukrów prostych: 80.20 g; Błonnik pokarmowy: 30.35 g;

<b>sobota 2025-03-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2081.09 kcal; Białko ogółem: 64.71 g; Tłuszcz: 70.04 g; Węglowodany ogółem: 302.40 g; Sól: 4.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.80 g; suma cukrów prostych: 84.07 g; Błonnik pokarmowy: 27.76 g;

<b>sobota 2025-03-22</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), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2290.09 kcal; Białko ogółem: 88.73 g; Tłuszcz: 69.24 g; Węglowodany ogółem: 331.06 g; Sól: 4.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.31 g; suma cukrów prostych: 112.87 g; Błonnik pokarmowy: 29.46 g;

<b>sobota 2025-03-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2223.38 kcal; Białko ogółem: 103.86 g; Tłuszcz: 51.79 g; Węglowodany ogółem: 338.51 g; Sól: 7.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.48 g; suma cukrów prostych: 99.23 g; Błonnik pokarmowy: 24.25 g;

<b>sobota 2025-03-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homogenizowany 70g (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2133.26 kcal; Białko ogółem: 75.64 g; Tłuszcz: 70.02 g; Węglowodany ogółem: 302.62 g; Sól: 6.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.48 g; suma cukrów prostych: 99.54 g; Błonnik pokarmowy: 24.16 g;

<b>sobota 2025-03-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, serek homogenizowany 70g (2), roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek wiejski 70g (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2285.14 kcal; Białko ogółem: 82.21 g; Tłuszcz: 80.75 g; Węglowodany ogółem: 311.80 g; Sól: 5.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.18 g; suma cukrów prostych: 92.77 g; Błonnik pokarmowy: 27.76 g;

<b>sobota 2025-03-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

Herbata 250g, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuly z wody 120 g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 250g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2429.54 kcal; Białko ogółem: 94.00 g; Tłuszcz: 63.52 g; Węglowodany ogółem: 387.92 g; Sól: 1.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.56 g; suma cukrów prostych: 103.22 g; Błonnik pokarmowy: 33.62 g;

sobota 2025-03-22 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuly z wody 120 g, Masło 15g*(2), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2596.66 kcal; Białko ogółem: 109.04 g; Tłuszcz: 91.07 g; Węglowodany ogółem: 347.33 g; Sól: 2.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.57 g; suma cukrów prostych: 131.19 g; Błonnik pokarmowy: 24.80 g;

sobota 2025-03-22 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2117.91 kcal; Białko ogółem: 78.85 g; Tłuszcz: 70.38 g; Węglowodany ogółem: 291.66 g; Sól: 5.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.55 g; suma cukrów prostych: 107.56 g; Błonnik pokarmowy: 21.84 g;

sobota 2025-03-22 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, mandarynki 150g, Kaszotto dieta 250g (1,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	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> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2184.42 kcal; Białko ogółem: 95.72 g; Tłuszcz: 81.79 g; Węglowodany ogółem: 281.55 g; Sól: 4.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.32 g; suma cukrów prostych: 64.10 g; Błonnik pokarmowy: 35.24 g;

sobota 2025-03-22 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	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>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*. Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2075.09 kcal; Białko ogółem: 64.05 g; Tłuszcz: 67.81 g; Węglowodany ogółem: 319.90 g; Sól: 4.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.78 g; suma cukrów prostych: 62.01 g; Błonnik pokarmowy: 40.51 g;

sobota 2025-03-22 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , wafle ryżowe 60g(9), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g, buraczki gotowane b/mąki 120g, mandarynki 150g, Ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2105.79 kcal; Białko ogółem: 102.62 g; Tłuszcz: 58.46 g; Węglowodany ogółem: 300.75 g; Sól: 6.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.59 g; suma cukrów prostych: 78.96 g; Błonnik pokarmowy: 22.63 g;

sobota 2025-03-22 Jadłospis dla diety: Kleikowa XXI		
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,	kleik z kaszy manny 400ml (1), Herbata z cukrem 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 468.80 kcal; Białko ogółem: 9.92 g; Tłuszcz: 5.47 g; Węglowodany ogółem: 96.58 g; Sól: 0.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.90 g; suma cukrów prostych: 15.55 g; Błonnik pokarmowy: 3.03 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-03-22 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), buraczki gotowane b/mleka 120g(1), sos pietruszkowy b/mleka 100ml (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 60g, pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1850.80 kcal; Białko ogółem: 66.08 g; Tłuszcz: 31.84 g; Węglowodany ogółem: 326.03 g; Sól: 9.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.69 g; suma cukrów prostych: 73.86 g; Błonnik pokarmowy: 29.15 g;

sobota 2025-03-22 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1909.29 kcal; Białko ogółem: 64.46 g; Tłuszcz: 51.16 g; Węglowodany ogółem: 302.16 g; Sól: 4.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.50 g; suma cukrów prostych: 83.86 g; Błonnik pokarmowy: 27.76 g;

sobota 2025-03-22 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2479.89 kcal; Białko ogółem: 95.43 g; Tłuszcz: 84.29 g; Węglowodany ogółem: 340.11 g; Sól: 6.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.26 g; suma cukrów prostych: 115.62 g; Błonnik pokarmowy: 29.68 g;

sobota 2025-03-22 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g, pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka talarki 100g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), roszonek 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, mandarynki 150g, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2195.67 kcal; Białko ogółem: 94.09 g; Tłuszcz: 69.60 g; Węglowodany ogółem: 302.43 g; Sól: 5.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.85 g; suma cukrów prostych: 85.18 g; Błonnik pokarmowy: 31.36 g;

sobota 2025-03-22 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g -, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, serek wiejski 200g (2) 1szt., Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2642.64 kcal; Białko ogółem: 114.43 g; Tłuszcz: 98.20 g; Węglowodany ogółem: 330.43 g; Sól: 7.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.01 g; suma cukrów prostych: 105.02 g; Błonnik pokarmowy: 29.68 g;

sobota 2025-03-22 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g,
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2250.97 kcal; Białko ogółem: 77.39 g; Tłuszcz: 83.74 g; Węglowodany ogółem: 301.58 g; Sól: 5.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.12 g; suma cukrów prostych: 76.80 g; Błonnik pokarmowy: 28.67 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-03-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), papryka św. 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, Masło 15g*(2), roszponka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2710.44 kcal; Białko ogółem: 130.75 g; Tłuszcz: 86.57 g; Węglowodany ogółem: 354.89 g; Sól: 6.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.32 g; suma cukrów prostych: 111.89 g; Błonnik pokarmowy: 28.95 g;

<b>niedziela 2025-03-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2760.86 kcal; Białko ogółem: 130.90 g; Tłuszcz: 85.50 g; Węglowodany ogółem: 369.40 g; Sól: 6.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.83 g; suma cukrów prostych: 124.69 g; Błonnik pokarmowy: 27.23 g;

<b>niedziela 2025-03-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki b/soli 200g m, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2745.16 kcal; Białko ogółem: 132.70 g; Tłuszcz: 92.68 g; Węglowodany ogółem: 346.38 g; Sól: 6.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.27 g; suma cukrów prostych: 125.31 g; Błonnik pokarmowy: 25.31 g;

<b>niedziela 2025-03-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2637.86 kcal; Białko ogółem: 112.21 g; Tłuszcz: 79.18 g; Węglowodany ogółem: 371.50 g; Sól: 5.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.45 g; suma cukrów prostych: 126.09 g; Błonnik pokarmowy: 27.23 g;

<b>niedziela 2025-03-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2595.47 kcal; Białko ogółem: 96.44 g; Tłuszcz: 78.35 g; Węglowodany ogółem: 379.33 g; Sól: 5.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.45 g; suma cukrów prostych: 109.68 g; Błonnik pokarmowy: 28.79 g;

<b>niedziela 2025-03-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, serek wiejski 70g (2), roszponka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2944.96 kcal; Białko ogółem: 148.40 g; Tłuszcz: 96.21 g; Węglowodany ogółem: 373.81 g; Sól: 7.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.21 g; suma cukrów prostych: 128.40 g; Błonnik pokarmowy: 27.23 g;

<b>niedziela 2025-03-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kasza manna na mleku 350g (1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1872.41 kcal; Białko ogółem: 76.09 g; Tłuszcz: 54.00 g; Węglowodany ogółem: 281.75 g; Sól: 1.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.08 g; suma cukrów prostych: 81.32 g; Błonnik pokarmowy: 25.30 g;

niedziela 2025-03-23 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2113.14 kcal; Białko ogółem: 106.45 g; Tłuszcz: 90.44 g; Węglowodany ogółem: 224.32 g; Sól: 2.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.08 g; suma cukrów prostych: 106.06 g; Błonnik pokarmowy: 15.64 g;

niedziela 2025-03-23 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), Mus warzywno-owocowy 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2541.96 kcal; Białko ogółem: 108.42 g; Tłuszcz: 72.83 g; Węglowodany ogółem: 362.55 g; Sól: 6.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.44 g; suma cukrów prostych: 129.56 g; Błonnik pokarmowy: 24.99 g;

niedziela 2025-03-23 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), szynka konserwowa 50g (8), papryka św. 100g , rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homog.naturalny 70g. (2), ogórek zielony 100g, rozspanka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2391.32 kcal; Białko ogółem: 113.54 g; Tłuszcz: 85.14 g; Węglowodany ogółem: 308.96 g; Sól: 6.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.05 g; suma cukrów prostych: 63.29 g; Błonnik pokarmowy: 37.61 g;

niedziela 2025-03-23 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 200g* (2), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2868.46 kcal; Białko ogółem: 134.97 g; Tłuszcz: 85.97 g; Węglowodany ogółem: 405.70 g; Sól: 6.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.47 g; suma cukrów prostych: 127.39 g; Błonnik pokarmowy: 38.07 g;

niedziela 2025-03-23 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane b/mąki 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka talarki 100g, Ser żółty 50g(2), rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2354.63 kcal; Białko ogółem: 105.85 g; Tłuszcz: 79.98 g; Węglowodany ogółem: 312.47 g; Sól: 5.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.05 g; suma cukrów prostych: 112.95 g; Błonnik pokarmowy: 25.65 g;

niedziela 2025-03-23 <b>Jadłospis dla diety: Kleikowa XXI</b>		
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,	Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 425.25 kcal; Białko ogółem: 9.14 g; Tłuszcz: 1.37 g; Węglowodany ogółem: 95.51 g; Sól: 0.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.19 g; suma cukrów prostych: 15.08 g; Błonnik pokarmowy: 2.63 g;

niedziela 2025-03-23 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka talarki 100g, rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2273.57 kcal; Białko ogółem: 107.77 g; Tłuszcz: 56.56 g; Węglowodany ogółem: 329.28 g; Sól: 6.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.65 g; suma cukrów prostych: 90.88 g; Błonnik pokarmowy: 26.82 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-03-23		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2589.06 kcal; Białko ogółem: 130.66 g; Tłuszcz: 66.63 g; Węglowodany ogółem: 369.16 g; Sól: 6.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.53 g; suma cukrów prostych: 124.48 g; Błonnik pokarmowy: 27.23 g;

niedziela 2025-03-23		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

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

niedziela 2025-03-23		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka konserwowa 50g (8), papryka św. 100g , rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, gruszka 1 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, ogórek zielony 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), margaryna roślinna lactima 10g , roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2629.60 kcal; Białko ogółem: 136.67 g; Tłuszcz: 69.91 g; Węglowodany ogółem: 367.20 g; Sól: 7.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.48 g; suma cukrów prostych: 121.54 g; Błonnik pokarmowy: 30.60 g;

niedziela 2025-03-23		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, ser żółty 60g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3231.66 kcal; Białko ogółem: 172.64 g; Tłuszcz: 118.64 g; Węglowodany ogółem: 370.66 g; Sól: 8.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.04 g; suma cukrów prostych: 124.75 g; Błonnik pokarmowy: 27.23 g;

niedziela 2025-03-23		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), ogórek zielony 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2682.47 kcal; Białko ogółem: 126.69 g; Tłuszcz: 82.26 g; Węglowodany ogółem: 360.96 g; Sól: 6.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.92 g; suma cukrów prostych: 112.96 g; Błonnik pokarmowy: 27.01 g;

## Dietetyk

.....