

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-07-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Fasolowa z ziemniakami 350ml* (1,8,13), Sałata 10g, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2624.99 kcal; Białko ogółem: 93.65 g; Tłuszcz: 89.68 g; Węglowodany ogółem: 375.25 g; Sól: 4.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.94 g; suma cukrów prostych: 100.72 g; Błonnik pokarmowy: 36.70 g;

<b>poniedziałek 2025-07-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2262.43 kcal; Białko ogółem: 80.44 g; Tłuszcz: 72.50 g; Węglowodany ogółem: 332.90 g; Sól: 2.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.77 g; suma cukrów prostych: 102.24 g; Błonnik pokarmowy: 29.56 g;

<b>poniedziałek 2025-07-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2375.83 kcal; Białko ogółem: 89.33 g; Tłuszcz: 80.20 g; Węglowodany ogółem: 335.00 g; Sól: 2.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.35 g; suma cukrów prostych: 103.64 g; Błonnik pokarmowy: 29.56 g;

<b>poniedziałek 2025-07-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2707.11 kcal; Białko ogółem: 103.88 g; Tłuszcz: 93.19 g; Węglowodany ogółem: 374.44 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.14 g; suma cukrów prostych: 104.63 g; Błonnik pokarmowy: 29.56 g;

<b>poniedziałek 2025-07-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2346.09 kcal; Białko ogółem: 79.75 g; Tłuszcz: 81.35 g; Węglowodany ogółem: 334.40 g; Sól: 1.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.28 g; suma cukrów prostych: 103.21 g; Błonnik pokarmowy: 29.15 g;

<b>poniedziałek 2025-07-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kaszotto dieta 250g (1,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2747.43 kcal; Białko ogółem: 117.47 g; Tłuszcz: 105.22 g; Węglowodany ogółem: 331.14 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.70 g; suma cukrów prostych: 101.17 g; Błonnik pokarmowy: 27.18 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-07-14		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV	
Płatki jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3), Herbata z cukrem 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), kompot z owoców 250ml, Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,	
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2212.00 kcal; Białko ogółem: 88.16 g; Tłuszcz: 86.06 g; Węglowodany ogółem: 278.67 g; Sól: 3.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.27 g; suma cukrów prostych: 66.48 g; Błonnik pokarmowy: 25.31 g;

poniedziałek 2025-07-14		Jadłospis dla diety: Płynna XIII	
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1896.38 kcal; Białko ogółem: 80.86 g; Tłuszcz: 83.26 g; Węglowodany ogółem: 208.93 g; Sól: 3.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.57 g; suma cukrów prostych: 66.44 g; Błonnik pokarmowy: 17.04 g;

poniedziałek 2025-07-14		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII	
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), Napój roślinny 330g*,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, 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),	
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2837.35 kcal; Białko ogółem: 103.21 g; Tłuszcz: 70.28 g; Węglowodany ogółem: 437.33 g; Sól: 2.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.76 g; suma cukrów prostych: 108.19 g; Błonnik pokarmowy: 33.09 g;

poniedziałek 2025-07-14		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), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Sałata 10g, arbus 150g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Kaszotto dieta 250g (1,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka konserwowa 50g (8), herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,	
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> podpiomyki b/c 2szt.15g (1),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1942.63 kcal; Białko ogółem: 82.15 g; Tłuszcz: 83.18 g; Węglowodany ogółem: 225.12 g; Sól: 3.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.20 g; suma cukrów prostych: 35.11 g; Błonnik pokarmowy: 24.29 g;

poniedziałek 2025-07-14		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V	
Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sałata 10g, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2197.28 kcal; Białko ogółem: 81.12 g; Tłuszcz: 72.45 g; Węglowodany ogółem: 317.21 g; Sól: 1.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.50 g; suma cukrów prostych: 80.88 g; Błonnik pokarmowy: 32.47 g;

poniedziałek 2025-07-14		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL	
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Risotto jarskie dieta 250g (8,11,13),	Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, wafle ryżowe 60g(9),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2082.77 kcal; Białko ogółem: 66.79 g; Tłuszcz: 66.20 g; Węglowodany ogółem: 312.11 g; Sól: 1.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.35 g; suma cukrów prostych: 98.36 g; Błonnik pokarmowy: 20.70 g;

poniedziałek 2025-07-14		Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM	
Napój roślinny 330g*, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 50g*, margaryna roślinna lactima 10g , Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2232.99 kcal; Białko ogółem: 59.62 g; Tłuszcz: 53.63 g; Węglowodany ogółem: 336.78 g; Sól: 3.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.56 g; suma cukrów prostych: 108.58 g; Błonnik pokarmowy: 31.84 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-07-14		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), margaryna roślinna 10g 1szt., Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2248.63 kcal; Białko ogółem: 94.80 g; Tłuszcz: 56.88 g; Węglowodany ogółem: 350.10 g; Sól: 2.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.93 g; suma cukrów prostych: 111.25 g; Błonnik pokarmowy: 30.10 g;

poniedziałek 2025-07-14		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2351.73 kcal; Białko ogółem: 84.61 g; Tłuszcz: 81.20 g; Węglowodany ogółem: 328.95 g; Sól: 1.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.91 g; suma cukrów prostych: 95.63 g; Błonnik pokarmowy: 33.67 g;

poniedziałek 2025-07-14		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka piastowska 50g(8), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, arbusz 150g*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), margaryna roślinna lactima 10g (2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt. 15g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1978.23 kcal; Białko ogółem: 79.38 g; Tłuszcz: 64.69 g; Węglowodany ogółem: 279.44 g; Sól: 3.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.75 g; suma cukrów prostych: 57.95 g; Błonnik pokarmowy: 24.99 g;

poniedziałek 2025-07-14		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), serek homog. nat. 60g.(2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), twaróg krajanka 70g (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Pomidor 50g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2927.93 kcal; Białko ogółem: 127.84 g; Tłuszcz: 107.39 g; Węglowodany ogółem: 356.04 g; Sól: 2.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.53 g; suma cukrów prostych: 122.36 g; Błonnik pokarmowy: 30.26 g;

poniedziałek 2025-07-14		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2286.23 kcal; Białko ogółem: 79.67 g; Tłuszcz: 75.44 g; Węglowodany ogółem: 333.04 g; Sól: 2.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.53 g; suma cukrów prostych: 102.31 g; Błonnik pokarmowy: 29.56 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2025-07-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. 100g, rukola 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), ziemniaki 200g*, kapusta biała zasmażana z koperkiem 120g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), roszponka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2519.46 kcal; Białko ogółem: 117.30 g; Tłuszcz: 62.25 g; Węglowodany ogółem: 382.32 g; Sól: 2.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.32 g; suma cukrów prostych: 103.89 g; Błonnik pokarmowy: 33.38 g;

<b>wtorek 2025-07-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2464.41 kcal; Białko ogółem: 116.86 g; Tłuszcz: 62.35 g; Węglowodany ogółem: 361.97 g; Sól: 3.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.96 g; suma cukrów prostych: 89.03 g; Błonnik pokarmowy: 26.29 g;

<b>wtorek 2025-07-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2339.51 kcal; Białko ogółem: 113.81 g; Tłuszcz: 61.50 g; Węglowodany ogółem: 342.39 g; Sól: 2.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.98 g; suma cukrów prostych: 70.12 g; Błonnik pokarmowy: 26.29 g;

<b>wtorek 2025-07-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2250.69 kcal; Białko ogółem: 107.00 g; Tłuszcz: 52.99 g; Węglowodany ogółem: 344.50 g; Sól: 1.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.53 g; suma cukrów prostych: 75.85 g; Błonnik pokarmowy: 25.41 g;

<b>wtorek 2025-07-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2249.69 kcal; Białko ogółem: 107.10 g; Tłuszcz: 52.99 g; Węglowodany ogółem: 344.80 g; Sól: 1.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.53 g; suma cukrów prostych: 74.85 g; Błonnik pokarmowy: 26.71 g;

<b>wtorek 2025-07-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), polędwica sopočka 50g(1,8), pomidor 100g, roszponka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2646.41 kcal; Białko ogółem: 139.61 g; Tłuszcz: 70.40 g; Węglowodany ogółem: 366.52 g; Sól: 3.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.73 g; suma cukrów prostych: 92.60 g; Błonnik pokarmowy: 26.29 g;

<b>wtorek 2025-07-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 300ml (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), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2355.17 kcal; Białko ogółem: 112.13 g; Tłuszcz: 69.58 g; Węglowodany ogółem: 326.86 g; Sól: 2.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.47 g; suma cukrów prostych: 94.54 g; Błonnik pokarmowy: 24.72 g;

wtorek 2025-07-15 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2133.74 kcal; Białko ogółem: 88.86 g; Tłuszcz: 71.34 g; Węglowodany ogółem: 278.34 g; Sól: 1.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.24 g; suma cukrów prostych: 115.85 g; Błonnik pokarmowy: 12.81 g;

wtorek 2025-07-15 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, 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), Kurczak gotowany 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]: 2232.55 kcal; Białko ogółem: 98.55 g; Tłuszcz: 72.22 g; Węglowodany ogółem: 293.51 g; Sól: 2.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.53 g; suma cukrów prostych: 95.56 g; Błonnik pokarmowy: 21.96 g;

wtorek 2025-07-15 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , rukola 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),	herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), rosółka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2021.11 kcal; Białko ogółem: 107.37 g; Tłuszcz: 56.68 g; Węglowodany ogółem: 282.01 g; Sól: 2.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.22 g; suma cukrów prostych: 64.30 g; Błonnik pokarmowy: 27.78 g;

wtorek 2025-07-15 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , rukola 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),	herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rosółka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> kiwi 1szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2199.96 kcal; Białko ogółem: 115.61 g; Tłuszcz: 59.96 g; Węglowodany ogółem: 308.80 g; Sól: 2.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.72 g; suma cukrów prostych: 57.75 g; Błonnik pokarmowy: 27.08 g;

wtorek 2025-07-15 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, twarożek 70g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, rosółka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1752.00 kcal; Białko ogółem: 89.05 g; Tłuszcz: 51.33 g; Węglowodany ogółem: 243.21 g; Sól: 2.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.23 g; suma cukrów prostych: 72.46 g; Błonnik pokarmowy: 20.61 g;

wtorek 2025-07-15 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Napój roślinny 330g*, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 350ml (1,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 50g*, margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, rosółka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2101.96 kcal; Białko ogółem: 86.15 g; Tłuszcz: 32.98 g; Węglowodany ogółem: 350.36 g; Sól: 2.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.51 g; suma cukrów prostych: 93.90 g; Błonnik pokarmowy: 31.91 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-07-15			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,		Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),		Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, rozspanka 5g ,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2389.51 kcal; Białko ogółem: 122.16 g; Tłuszcz: 53.63 g; Węglowodany ogółem: 364.37 g; Sól: 2.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.81 g; suma cukrów prostych: 92.14 g; Błonnik pokarmowy: 26.29 g;

wtorek 2025-07-15			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,		Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*, brokuły z wody 120 g,		Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rozspanka 5g ,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2517.20 kcal; Białko ogółem: 96.17 g; Tłuszcz: 67.75 g; Węglowodany ogółem: 387.76 g; Sól: 2.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.33 g; suma cukrów prostych: 106.02 g; Błonnik pokarmowy: 25.06 g;

wtorek 2025-07-15			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), margaryna roślinna lactima 10g (2), papryka św. 100g , rukola 5g,		Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),		herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, margaryna roślinna lactima 10g (2), rozspanka 5g ,	
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),		Podwieczorek: kisiel b/c 250g,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2366.56 kcal; Białko ogółem: 126.62 g; Tłuszcz: 52.15 g; Węglowodany ogółem: 359.12 g; Sól: 3.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.52 g; suma cukrów prostych: 80.36 g; Błonnik pokarmowy: 27.54 g;

wtorek 2025-07-15			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,		Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),		Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), twarożek 1 szt. (2) , Masło 15g*(2), pomidor 100g, rozspanka 5g ,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2828.61 kcal; Białko ogółem: 140.83 g; Tłuszcz: 87.80 g; Węglowodany ogółem: 367.12 g; Sól: 3.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.93 g; suma cukrów prostych: 92.04 g; Błonnik pokarmowy: 26.29 g;

wtorek 2025-07-15			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,		Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),		Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rozspanka 5g ,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2445.01 kcal; Białko ogółem: 119.92 g; Tłuszcz: 60.75 g; Węglowodany ogółem: 364.17 g; Sól: 2.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.38 g; suma cukrów prostych: 90.95 g; Błonnik pokarmowy: 26.29 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2025-07-16</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), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g, leczo z papryki i cukinii z kielbasą 300g (1,8,11,13), Ryż biały 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ogórek kiszony 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2581.67 kcal; Białko ogółem: 96.79 g; Tłuszcz: 95.86 g; Węglowodany ogółem: 342.60 g; Sól: 5.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.68 g; suma cukrów prostych: 76.64 g; Błonnik pokarmowy: 26.86 g;

<b>środa 2025-07-16</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), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Ryż biały 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2519.98 kcal; Białko ogółem: 110.16 g; Tłuszcz: 78.95 g; Węglowodany ogółem: 349.87 g; Sól: 2.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.31 g; suma cukrów prostych: 82.16 g; Błonnik pokarmowy: 25.77 g;

<b>środa 2025-07-16</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), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Gulasz drobiowy 160g* (1,13), Ryż biały 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2527.28 kcal; Białko ogółem: 114.47 g; Tłuszcz: 77.61 g; Węglowodany ogółem: 350.67 g; Sól: 2.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.15 g; suma cukrów prostych: 84.33 g; Błonnik pokarmowy: 25.77 g;

<b>środa 2025-07-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g,	Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2498.43 kcal; Białko ogółem: 106.35 g; Tłuszcz: 72.67 g; Węglowodany ogółem: 365.07 g; Sól: 3.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.69 g; suma cukrów prostych: 104.58 g; Błonnik pokarmowy: 28.29 g;

<b>środa 2025-07-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2415.78 kcal; Białko ogółem: 105.39 g; Tłuszcz: 77.30 g; Węglowodany ogółem: 334.36 g; Sól: 3.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.82 g; suma cukrów prostych: 78.58 g; Błonnik pokarmowy: 27.47 g;

<b>środa 2025-07-16</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), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Gulasz drobiowy 160g* (1,13), Ryż biały 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2591.58 kcal; Białko ogółem: 127.00 g; Tłuszcz: 78.03 g; Węglowodany ogółem: 353.27 g; Sól: 2.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.39 g; suma cukrów prostych: 86.52 g; Błonnik pokarmowy: 25.87 g;

<b>środa 2025-07-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata 250g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g,

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1841.08 kcal; Białko ogółem: 85.22 g; Tłuszcz: 67.79 g; Węglowodany ogółem: 223.82 g; Sól: 3.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.13 g; suma cukrów prostych: 73.49 g; Błonnik pokarmowy: 22.82 g;

środa 2025-07-16 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana 150g*(1,2),	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]: 1556.36 kcal; Białko ogółem: 70.60 g; Tłuszcz: 67.79 g; Węglowodany ogółem: 156.87 g; Sól: 3.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.14 g; suma cukrów prostych: 81.58 g; Błonnik pokarmowy: 13.27 g;

środa 2025-07-16 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Napój roślinny 330g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), marchew gotowana 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2189.88 kcal; Białko ogółem: 85.40 g; Tłuszcz: 73.48 g; Węglowodany ogółem: 275.52 g; Sól: 4.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.41 g; suma cukrów prostych: 76.93 g; Błonnik pokarmowy: 22.68 g;

środa 2025-07-16 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata bez cukru 250ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), roszonek 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), arbuz 150g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), ryż brązowy 200g,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, ogórek kiszony 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2013.26 kcal; Białko ogółem: 97.10 g; Tłuszcz: 89.47 g; Węglowodany ogółem: 206.97 g; Sól: 4.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.76 g; suma cukrów prostych: 36.47 g; Błonnik pokarmowy: 22.08 g;

środa 2025-07-16 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
herbata bez cukru 250ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , ryż brązowy 200g,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2096.40 kcal; Białko ogółem: 90.72 g; Tłuszcz: 77.37 g; Węglowodany ogółem: 268.68 g; Sól: 1.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.96 g; suma cukrów prostych: 72.44 g; Błonnik pokarmowy: 27.30 g;

środa 2025-07-16 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), chleb b/glutenowy 3 kromki,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1817.40 kcal; Białko ogółem: 85.00 g; Tłuszcz: 63.33 g; Węglowodany ogółem: 235.38 g; Sól: 2.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.37 g; suma cukrów prostych: 82.20 g; Błonnik pokarmowy: 18.27 g;

środa 2025-07-16 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 , schab na kartki 50g*, Sałatka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*, Napój roślinny 330g*,	Koperkowa z ziemniakami b/ml 350ml (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g, Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , Ryż biały 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, filet pieczony z indyka 40g , roszonek 5g , rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2092.54 kcal; Białko ogółem: 80.97 g; Tłuszcz: 51.52 g; Węglowodany ogółem: 310.87 g; Sól: 2.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.78 g; suma cukrów prostych: 72.06 g; Błonnik pokarmowy: 26.87 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-07-16 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 70g (2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Gulasz drobiowy 160g* (1,13), Ryż biały 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszoneka 5g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2488.88 kcal; Białko ogółem: 114.81 g; Tłuszcz: 64.83 g; Węglowodany ogółem: 367.22 g; Sól: 2.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.00 g; suma cukrów prostych: 96.22 g; Błonnik pokarmowy: 30.45 g;

środa 2025-07-16 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 krajanka 70g (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ryż z jabłkami 350g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tuńczyka 100g* (4),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2658.46 kcal; Białko ogółem: 99.92 g; Tłuszcz: 75.19 g; Węglowodany ogółem: 401.73 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.75 g; suma cukrów prostych: 111.52 g; Błonnik pokarmowy: 33.00 g;

środa 2025-07-16 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
herbata bez cukru 250ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), margaryna roślinna lactima 10g, Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), roszoneka 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), arbuz 150g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), ryż brązowy 200g,	herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, ogórek kiszony 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1895.86 kcal; Białko ogółem: 96.96 g; Tłuszcz: 76.59 g; Węglowodany ogółem: 206.72 g; Sól: 4.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.60 g; suma cukrów prostych: 36.26 g; Błonnik pokarmowy: 22.08 g;

środa 2025-07-16 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuly z wody 120 g, Gulasz drobiowy 160g* (1,13), Ryż biały 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	<b>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2988.12 kcal; Białko ogółem: 156.71 g; Tłuszcz: 100.27 g; Węglowodany ogółem: 361.32 g; Sól: 2.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.32 g; suma cukrów prostych: 95.56 g; Błonnik pokarmowy: 25.58 g;

środa 2025-07-16 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuly z wody 120 g, Gulasz drobiowy 160g* (1,13), Ryż biały 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszoneka 5g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2408.22 kcal; Białko ogółem: 101.02 g; Tłuszcz: 76.20 g; Węglowodany ogółem: 337.37 g; Sól: 1.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.61 g; suma cukrów prostych: 74.01 g; Błonnik pokarmowy: 25.38 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-07-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Masło 20g* (2), Salatką z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Porowa z ziemniakami 350 ml(1,2,13), Kotlet schabowy - 100g (1,3), Ziemniaki 200g*, mizeria z jogurtem 120g (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2783.98 kcal; Białko ogółem: 97.62 g; Tłuszcz: 103.60 g; Węglowodany ogółem: 370.14 g; Sól: 4.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.52 g; suma cukrów prostych: 78.79 g; Błonnik pokarmowy: 30.03 g;

<b>czwartek 2025-07-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g.	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2365.75 kcal; Białko ogółem: 102.08 g; Tłuszcz: 64.42 g; Węglowodany ogółem: 349.54 g; Sól: 2.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.33 g; suma cukrów prostych: 77.58 g; Błonnik pokarmowy: 32.25 g;

<b>czwartek 2025-07-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g.	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2480.75 kcal; Białko ogółem: 116.13 g; Tłuszcz: 68.70 g; Węglowodany ogółem: 361.19 g; Sól: 2.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.27 g; suma cukrów prostych: 88.60 g; Błonnik pokarmowy: 32.25 g;

<b>czwartek 2025-07-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g.	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Filet z kurczaka gotowany 90g*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2417.95 kcal; Białko ogółem: 110.95 g; Tłuszcz: 64.14 g; Węglowodany ogółem: 359.95 g; Sól: 2.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.74 g; suma cukrów prostych: 87.36 g; Błonnik pokarmowy: 30.95 g;

<b>czwartek 2025-07-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g.	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Filet z kurczaka gotowany 90g*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), roszponka 5g , rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2457.85 kcal; Białko ogółem: 117.64 g; Tłuszcz: 65.48 g; Węglowodany ogółem: 361.19 g; Sól: 2.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.70 g; suma cukrów prostych: 88.60 g; Błonnik pokarmowy: 32.25 g;

<b>czwartek 2025-07-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g.	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2582.85 kcal; Białko ogółem: 133.39 g; Tłuszcz: 68.47 g; Węglowodany ogółem: 363.06 g; Sól: 2.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.31 g; suma cukrów prostych: 88.82 g; Błonnik pokarmowy: 32.25 g;

<b>czwartek 2025-07-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*,

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2396.82 kcal; Białko ogółem: 94.26 g; Tłuszcz: 85.18 g; Węglowodany ogółem: 321.46 g; Sól: 2.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.66 g; suma cukrów prostych: 79.16 g; Błonnik pokarmowy: 27.14 g;

czwartek 2025-07-17 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2147.47 kcal; Białko ogółem: 80.81 g; Tłuszcz: 84.14 g; Węglowodany ogółem: 263.60 g; Sól: 1.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.80 g; suma cukrów prostych: 99.43 g; Błonnik pokarmowy: 16.24 g;

czwartek 2025-07-17 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Masło 20g* (2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2452.60 kcal; Białko ogółem: 101.51 g; Tłuszcz: 72.95 g; Węglowodany ogółem: 353.05 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.58 g; suma cukrów prostych: 93.44 g; Błonnik pokarmowy: 29.35 g;

czwartek 2025-07-17 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata b/cukru 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, mizeria z jogurtem 120g (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , sos marchewkowy 100g (1),	herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 150ml ,	<b>Podwieczorek:</b> podpiłomyki b/c 2szt.15g (1),	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2196.01 kcal; Białko ogółem: 86.11 g; Tłuszcz: 71.48 g; Węglowodany ogółem: 312.93 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.90 g; suma cukrów prostych: 48.07 g; Błonnik pokarmowy: 39.76 g;

czwartek 2025-07-17 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2280.80 kcal; Białko ogółem: 101.37 g; Tłuszcz: 67.96 g; Węglowodany ogółem: 326.41 g; Sól: 1.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.11 g; suma cukrów prostych: 91.57 g; Błonnik pokarmowy: 31.25 g;

czwartek 2025-07-17 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Szpinak 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1936.63 kcal; Białko ogółem: 94.61 g; Tłuszcz: 48.46 g; Węglowodany ogółem: 289.83 g; Sól: 2.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.96 g; suma cukrów prostych: 81.43 g; Błonnik pokarmowy: 22.03 g;

czwartek 2025-07-17 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2005.07 kcal; Białko ogółem: 78.77 g; Tłuszcz: 39.63 g; Węglowodany ogółem: 336.29 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.29 g; suma cukrów prostych: 69.09 g; Błonnik pokarmowy: 33.39 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-07-17		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2322.45 kcal; Białko ogółem: 109.39 g; Tłuszcz: 54.48 g; Węglowodany ogółem: 360.01 g; Sól: 2.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.16 g; suma cukrów prostych: 86.15 g; Błonnik pokarmowy: 32.25 g;

czwartek 2025-07-17		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2471.97 kcal; Białko ogółem: 119.35 g; Tłuszcz: 62.02 g; Węglowodany ogółem: 368.10 g; Sól: 2.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.61 g; suma cukrów prostych: 99.20 g; Błonnik pokarmowy: 27.65 g;

czwartek 2025-07-17		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), margaryna roślinna lactima 10g (2), Salatkę z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, mizeria z jogurtem 120g (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , sos marchewkowy 100g (1),	herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica sopocka 50g(1,8), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, roszonek 5g , kajzerka 50g (1),
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 150ml ,	<b>Podwieczorek:</b> podpiomyki b/c 2szt.15g (1),	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2273.51 kcal; Białko ogółem: 103.65 g; Tłuszcz: 56.00 g; Węglowodany ogółem: 339.67 g; Sól: 3.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.49 g; suma cukrów prostych: 68.50 g; Błonnik pokarmowy: 32.62 g;

czwartek 2025-07-17		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, 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), Masło 15g*(2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), serek homo waniliowy 70g*(2), polędwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2862.85 kcal; Białko ogółem: 147.39 g; Tłuszcz: 87.87 g; Węglowodany ogółem: 364.26 g; Sól: 3.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.31 g; suma cukrów prostych: 88.82 g; Błonnik pokarmowy: 32.25 g;

czwartek 2025-07-17		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2439.85 kcal; Białko ogółem: 109.54 g; Tłuszcz: 67.36 g; Węglowodany ogółem: 360.25 g; Sól: 2.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.31 g; suma cukrów prostych: 86.36 g; Błonnik pokarmowy: 32.25 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2025-07-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), kakao 250ml (1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), ser żółty 60g (2), Masło 20g* (2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13), Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</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]: 2780.43 kcal; Białko ogółem: 112.85 g; Tłuszcz: 97.64 g; Węglowodany ogółem: 373.28 g; Sól: 3.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.58 g; suma cukrów prostych: 92.15 g; Błonnik pokarmowy: 28.65 g;

<b>piątek 2025-07-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Masło 20g* (2), rukola 5g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2459.65 kcal; Białko ogółem: 118.53 g; Tłuszcz: 62.98 g; Węglowodany ogółem: 365.60 g; Sól: 3.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.69 g; suma cukrów prostych: 91.60 g; Błonnik pokarmowy: 29.55 g;

<b>piątek 2025-07-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), ziemniaki b/soli 200g m, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</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]: 2404.49 kcal; Białko ogółem: 111.56 g; Tłuszcz: 70.40 g; Węglowodany ogółem: 341.02 g; Sól: 3.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.17 g; suma cukrów prostych: 90.95 g; Błonnik pokarmowy: 27.56 g;

<b>piątek 2025-07-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2324.51 kcal; Białko ogółem: 101.61 g; Tłuszcz: 64.35 g; Węglowodany ogółem: 344.44 g; Sól: 2.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.00 g; suma cukrów prostych: 75.28 g; Błonnik pokarmowy: 27.47 g;

<b>piątek 2025-07-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</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]: 2337.98 kcal; Białko ogółem: 94.65 g; Tłuszcz: 68.49 g; Węglowodany ogółem: 346.34 g; Sól: 2.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.53 g; suma cukrów prostych: 73.71 g; Błonnik pokarmowy: 28.85 g;

<b>piątek 2025-07-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rukola 5g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2641.65 kcal; Białko ogółem: 141.28 g; Tłuszcz: 71.03 g; Węglowodany ogółem: 370.15 g; Sól: 3.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.46 g; suma cukrów prostych: 95.17 g; Błonnik pokarmowy: 29.55 g;

<b>piątek 2025-07-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
kakao 250ml (1,2), Zacierka na ml.jajo - 350 ml*(1,2,3), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,	Marchew gotowana 150g*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g,

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2633.26 kcal; Białko ogółem: 120.81 g; Tłuszcz: 92.14 g; Węglowodany ogółem: 336.07 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.97 g; suma cukrów prostych: 100.06 g; Błonnik pokarmowy: 30.36 g;

piątek 2025-07-18 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
kakao 250ml (1,2), Zacierka na ml,jajo - 350 ml* (1,2,3),	Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Masło 10g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2455.28 kcal; Białko ogółem: 95.76 g; Tłuszcz: 104.20 g; Węglowodany ogółem: 280.53 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.86 g; suma cukrów prostych: 113.59 g; Błonnik pokarmowy: 15.92 g;

piątek 2025-07-18 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2566.63 kcal; Białko ogółem: 101.94 g; Tłuszcz: 81.81 g; Węglowodany ogółem: 361.15 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.28 g; suma cukrów prostych: 94.09 g; Błonnik pokarmowy: 28.31 g;

piątek 2025-07-18 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
Kakao b/c 250 ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Masło 20g* (2), rukola 5g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt,	herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> Wafle ryżowe 20g(9),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2141.49 kcal; Białko ogółem: 102.01 g; Tłuszcz: 60.76 g; Węglowodany ogółem: 309.48 g; Sól: 2.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.82 g; suma cukrów prostych: 54.17 g; Błonnik pokarmowy: 32.89 g;

piątek 2025-07-18 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), kakao 250ml (1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g , surówka meksykańska 120g (3,11,13), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g , papryka św. 100g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2335.99 kcal; Białko ogółem: 108.08 g; Tłuszcz: 72.21 g; Węglowodany ogółem: 326.27 g; Sól: 2.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.44 g; suma cukrów prostych: 102.48 g; Błonnik pokarmowy: 34.15 g;

piątek 2025-07-18 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, szynka na kartki 50g*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1827.06 kcal; Białko ogółem: 82.63 g; Tłuszcz: 52.23 g; Węglowodany ogółem: 266.06 g; Sól: 2.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.57 g; suma cukrów prostych: 55.45 g; Błonnik pokarmowy: 22.83 g;

piątek 2025-07-18 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1849.66 kcal; Białko ogółem: 73.67 g; Tłuszcz: 17.58 g; Węglowodany ogółem: 359.45 g; Sól: 2.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 4.72 g; suma cukrów prostych: 85.79 g; Błonnik pokarmowy: 36.31 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-07-18 <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III</b>		
Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g,	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)*, pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2326.89 kcal; Białko ogółem: 112.92 g; Tłuszcz: 51.24 g; Węglowodany ogółem: 364.40 g; Sól: 3.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.65 g; suma cukrów prostych: 90.12 g; Błonnik pokarmowy: 29.48 g;

piątek 2025-07-18 <b>Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E</b>		
Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, Masło 20g* (2), rukola 5g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</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]: 2485.65 kcal; Białko ogółem: 110.68 g; Tłuszcz: 60.68 g; Węglowodany ogółem: 385.75 g; Sól: 3.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.59 g; suma cukrów prostych: 110.35 g; Błonnik pokarmowy: 29.95 g;

piątek 2025-07-18 <b>Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII</b>		
Kakao b/c 250 ml, chleb żytni 1 kromka 35g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, margaryna roślinna lactima 10g , rukola 5g, kajzerka 50g (1), Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt,	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 50g (1), chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, roszponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> Wafle ryżowe 20g(9),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2336.59 kcal; Białko ogółem: 115.89 g; Tłuszcz: 54.04 g; Węglowodany ogółem: 358.70 g; Sól: 3.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.21 g; suma cukrów prostych: 68.53 g; Błonnik pokarmowy: 30.21 g;

piątek 2025-07-18 <b>Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI</b>		
Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, ser żółty 60g (2), Masło 20g* (2), rukola 5g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2997.05 kcal; Białko ogółem: 155.53 g; Tłuszcz: 100.38 g; Węglowodany ogółem: 367.71 g; Sól: 4.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.39 g; suma cukrów prostych: 91.91 g; Błonnik pokarmowy: 29.55 g;

piątek 2025-07-18 <b>Jadłospis dla diety: Dziecięca XX</b>		
Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, Masło 20g* (2), rukola 5g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2459.65 kcal; Białko ogółem: 118.53 g; Tłuszcz: 62.98 g; Węglowodany ogółem: 365.60 g; Sól: 3.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.69 g; suma cukrów prostych: 91.60 g; Błonnik pokarmowy: 29.55 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-07-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pieczeń rzymska z warzywami 100 g (1,3), surówka z marchewki w sosie chrzanowym 120g (3,11), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3121.66 kcal; Białko ogółem: 114.92 g; Tłuszcz: 113.75 g; Węglowodany ogółem: 417.93 g; Sól: 4.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.67 g; suma cukrów prostych: 131.19 g; Błonnik pokarmowy: 31.78 g;

<b>sobota 2025-07-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2918.14 kcal; Białko ogółem: 101.46 g; Tłuszcz: 90.18 g; Węglowodany ogółem: 435.14 g; Sól: 3.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.11 g; suma cukrów prostych: 146.47 g; Błonnik pokarmowy: 35.97 g;

<b>sobota 2025-07-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2923.44 kcal; Białko ogółem: 108.02 g; Tłuszcz: 86.22 g; Węglowodany ogółem: 436.30 g; Sól: 3.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.77 g; suma cukrów prostych: 148.64 g; Błonnik pokarmowy: 35.91 g;

<b>sobota 2025-07-19</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), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2739.90 kcal; Białko ogółem: 120.25 g; Tłuszcz: 73.64 g; Węglowodany ogółem: 412.41 g; Sól: 2.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.85 g; suma cukrów prostych: 143.01 g; Błonnik pokarmowy: 34.11 g;

<b>sobota 2025-07-19</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 70g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2883.92 kcal; Białko ogółem: 109.90 g; Tłuszcz: 92.17 g; Węglowodany ogółem: 411.93 g; Sól: 2.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.64 g; suma cukrów prostych: 127.44 g; Błonnik pokarmowy: 35.22 g;

<b>sobota 2025-07-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
herbata 250g -, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3223.99 kcal; Białko ogółem: 136.68 g; Tłuszcz: 108.33 g; Węglowodany ogółem: 424.62 g; Sól: 4.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.51 g; suma cukrów prostych: 135.84 g; Błonnik pokarmowy: 35.97 g;

<b>sobota 2025-07-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata 250g, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2),	Herbata 250g, Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 150g,

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2181.73 kcal; Białko ogółem: 109.17 g; Tłuszcz: 84.06 g; Węglowodany ogółem: 250.62 g; Sól: 1.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.50 g; suma cukrów prostych: 101.62 g; Błonnik pokarmowy: 17.40 g;		
<b>sobota 2025-07-19      Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Herbata 250g, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 20g* (2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), brokuły z wody 150g, Jarzynka gotowana 150g*,	Herbata 250g, Płatki jęczmieńne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2210.10 kcal; Białko ogółem: 91.53 g; Tłuszcz: 102.53 g; Węglowodany ogółem: 228.57 g; Sól: 2.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.70 g; suma cukrów prostych: 135.26 g; Błonnik pokarmowy: 18.37 g;		
<b>sobota 2025-07-19      Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata 250g, 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> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2557.30 kcal; Białko ogółem: 106.11 g; Tłuszcz: 84.37 g; Węglowodany ogółem: 347.28 g; Sól: 2.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.06 g; suma cukrów prostych: 147.44 g; Błonnik pokarmowy: 29.99 g;		
<b>sobota 2025-07-19      Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, roszonek 5g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), surówka z marchewki w sosie chrzanowym 120g (3,11), gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), Ziemniaki 200g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> sok warzywny 150ml ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2748.72 kcal; Białko ogółem: 97.35 g; Tłuszcz: 105.31 g; Węglowodany ogółem: 353.34 g; Sól: 5.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.42 g; suma cukrów prostych: 71.08 g; Błonnik pokarmowy: 38.31 g;		
<b>sobota 2025-07-19      Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Sałatka z roszoneką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g*(1,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2922.04 kcal; Białko ogółem: 111.45 g; Tłuszcz: 89.22 g; Węglowodany ogółem: 432.96 g; Sól: 3.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.87 g; suma cukrów prostych: 131.32 g; Błonnik pokarmowy: 43.92 g;		
<b>sobota 2025-07-19      Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), Sałatka z roszoneką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ryż z jabłkami 350g.*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2388.14 kcal; Białko ogółem: 80.45 g; Tłuszcz: 75.11 g; Węglowodany ogółem: 351.33 g; Sól: 2.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.72 g; suma cukrów prostych: 117.53 g; Błonnik pokarmowy: 25.93 g;		
<b>sobota 2025-07-19      Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., schab na kartki 50g*, Sałatka z roszoneką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, filet pieczony z indyka 60g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2274.59 kcal; Białko ogółem: 87.07 g; Tłuszcz: 47.30 g; Węglowodany ogółem: 383.91 g; Sól: 3.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.50 g; suma cukrów prostych: 112.15 g; Błonnik pokarmowy: 33.72 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-07-19		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Sałatka z roszyką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2763.44 kcal; Białko ogółem: 108.57 g; Tłuszcz: 69.71 g; Węglowodany ogółem: 435.69 g; Sól: 3.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.01 g; suma cukrów prostych: 148.43 g; Błonnik pokarmowy: 35.97 g;

sobota 2025-07-19		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z roszyką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ryż z jabłkami 350g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2876.24 kcal; Białko ogółem: 111.14 g; Tłuszcz: 75.72 g; Węglowodany ogółem: 447.42 g; Sól: 2.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.61 g; suma cukrów prostych: 162.75 g; Błonnik pokarmowy: 32.54 g;

sobota 2025-07-19		
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, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, roszyka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z marchewki w sosie chrzanowym 120g (3,11), Ziemniaki 200g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> sok warzywny 150ml,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2715.87 kcal; Białko ogółem: 102.84 g; Tłuszcz: 89.47 g; Węglowodany ogółem: 376.18 g; Sól: 5.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.79 g; suma cukrów prostych: 89.06 g; Błonnik pokarmowy: 33.04 g;

sobota 2025-07-19		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z roszyką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), ser żółty 60g (2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3404.44 kcal; Białko ogółem: 151.68 g; Tłuszcz: 123.93 g; Węglowodany ogółem: 419.69 g; Sól: 4.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 55.11 g; suma cukrów prostych: 130.91 g; Błonnik pokarmowy: 35.97 g;

sobota 2025-07-19		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), ogórek zielony talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), mandarynki 150g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt., Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Mus warzywno-owocowy 100g*,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka owocowa 120g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2863.25 kcal; Białko ogółem: 85.69 g; Tłuszcz: 80.54 g; Węglowodany ogółem: 452.64 g; Sól: 3.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.96 g; suma cukrów prostych: 157.90 g; Błonnik pokarmowy: 43.37 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-07-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 50g (1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), schab benedykta 50g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udka pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Grejfrut 1/2 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2510.13 kcal; Białko ogółem: 114.52 g; Tłuszcz: 77.13 g; Węglowodany ogółem: 347.13 g; Sól: 2.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.65 g; suma cukrów prostych: 103.31 g; Błonnik pokarmowy: 31.14 g;

<b>niedziela 2025-07-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udka gotowane 1szt 200g,	twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2571.92 kcal; Białko ogółem: 121.24 g; Tłuszcz: 78.72 g; Węglowodany ogółem: 350.90 g; Sól: 2.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.12 g; suma cukrów prostych: 103.96 g; Błonnik pokarmowy: 30.61 g;

<b>niedziela 2025-07-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	rosół z makaronem 400ml b/soli, ziemniaki b/soli 200g m, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udka gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g , pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2475.92 kcal; Białko ogółem: 112.03 g; Tłuszcz: 78.49 g; Węglowodany ogółem: 337.07 g; Sól: 2.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.15 g; suma cukrów prostych: 108.80 g; Błonnik pokarmowy: 31.73 g;

<b>niedziela 2025-07-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g,	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> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2426.47 kcal; Białko ogółem: 109.55 g; Tłuszcz: 64.49 g; Węglowodany ogółem: 359.38 g; Sól: 3.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.10 g; suma cukrów prostych: 88.69 g; Błonnik pokarmowy: 32.69 g;

<b>niedziela 2025-07-20</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), rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony talarki 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2426.37 kcal; Białko ogółem: 109.60 g; Tłuszcz: 64.42 g; Węglowodany ogółem: 359.20 g; Sól: 3.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.09 g; suma cukrów prostych: 87.92 g; Błonnik pokarmowy: 32.16 g;

<b>niedziela 2025-07-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udka gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2716.32 kcal; Białko ogółem: 132.93 g; Tłuszcz: 85.97 g; Węglowodany ogółem: 352.40 g; Sól: 2.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.37 g; suma cukrów prostych: 105.36 g; Błonnik pokarmowy: 30.61 g;

<b>niedziela 2025-07-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 150g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 250g, Jarzynka gotowana 150g*,

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2532.14 kcal; Białko ogółem: 111.16 g; Tłuszcz: 81.20 g; Węglowodany ogółem: 345.07 g; Sól: 4.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.02 g; suma cukrów prostych: 106.55 g; Błonnik pokarmowy: 33.31 g;

niedziela 2025-07-20 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g,	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]: 2220.48 kcal; Białko ogółem: 93.80 g; Tłuszcz: 81.45 g; Węglowodany ogółem: 271.69 g; Sól: 2.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.74 g; suma cukrów prostych: 112.32 g; Błonnik pokarmowy: 18.72 g;

niedziela 2025-07-20 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaki 200g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), 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), serek homog.naturalny 70g. (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2669.35 kcal; Białko ogółem: 108.54 g; Tłuszcz: 77.65 g; Węglowodany ogółem: 384.61 g; Sól: 2.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.84 g; suma cukrów prostych: 137.91 g; Błonnik pokarmowy: 28.08 g;

niedziela 2025-07-20 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Grejfrut 1/2 szt ,	twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka, herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), roszponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biskopki bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2361.83 kcal; Białko ogółem: 121.08 g; Tłuszcz: 77.91 g; Węglowodany ogółem: 307.43 g; Sól: 2.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.63 g; suma cukrów prostych: 67.66 g; Błonnik pokarmowy: 33.19 g;

niedziela 2025-07-20 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka talarki 100g, polędwica sopocka 50g(1,8), rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2776.02 kcal; Białko ogółem: 130.34 g; Tłuszcz: 81.73 g; Węglowodany ogółem: 383.50 g; Sól: 2.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.12 g; suma cukrów prostych: 106.97 g; Błonnik pokarmowy: 39.81 g;

niedziela 2025-07-20 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 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]: 2240.30 kcal; Białko ogółem: 93.36 g; Tłuszcz: 70.90 g; Węglowodany ogółem: 315.44 g; Sól: 3.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.88 g; suma cukrów prostych: 86.35 g; Błonnik pokarmowy: 29.22 g;

niedziela 2025-07-20 <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., rzodkiewka talarki 100g, schab na kartki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	filet pieczony z indyka 40g , Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1991.90 kcal; Białko ogółem: 97.42 g; Tłuszcz: 45.03 g; Węglowodany ogółem: 306.36 g; Sól: 3.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.88 g; suma cukrów prostych: 68.65 g; Błonnik pokarmowy: 31.13 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-07-20		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2456.52 kcal; Białko ogółem: 121.89 g; Tłuszcz: 65.14 g; Węglowodany ogółem: 351.91 g; Sól: 2.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.30 g; suma cukrów prostych: 104.90 g; Błonnik pokarmowy: 30.61 g;

niedziela 2025-07-20		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), 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), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2468.67 kcal; Białko ogółem: 104.28 g; Tłuszcz: 67.79 g; Węglowodany ogółem: 365.15 g; Sól: 3.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.27 g; suma cukrów prostych: 116.31 g; Błonnik pokarmowy: 28.13 g;

niedziela 2025-07-20		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Grejfrut 1/2 szt ,	herbata bez cukru 250ml, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, margaryna roślinna lactima 10g , roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkopty bez cukru 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2453.18 kcal; Białko ogółem: 131.20 g; Tłuszcz: 71.51 g; Węglowodany ogółem: 330.97 g; Sól: 3.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.57 g; suma cukrów prostych: 83.40 g; Błonnik pokarmowy: 25.91 g;

niedziela 2025-07-20		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ser topiony 2 szt. 34g 92), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2986.32 kcal; Białko ogółem: 141.91 g; Tłuszcz: 108.86 g; Węglowodany ogółem: 354.81 g; Sól: 3.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.60 g; suma cukrów prostych: 106.33 g; Błonnik pokarmowy: 30.61 g;

niedziela 2025-07-20		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), gruszka 1 szt., rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2528.27 kcal; Białko ogółem: 100.97 g; Tłuszcz: 79.07 g; Węglowodany ogółem: 361.26 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.51 g; suma cukrów prostych: 105.50 g; Błonnik pokarmowy: 34.81 g;

## Dietetyk

.....