

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-07-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), pierogi z soczewicą 250g(1,3,8), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), ser żółty 60g (2), papryka św. 100g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2505.39 kcal; Białko ogółem: 93.66 g; Tłuszcz: 85.94 g; Węglowodany ogółem: 361.79 g; Sól: 4.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.07 g; suma cukrów prostych: 80.80 g; Błonnik pokarmowy: 21.96 g;

<b>poniedziałek 2025-07-21</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), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2533.34 kcal; Białko ogółem: 109.29 g; Tłuszcz: 69.52 g; Węglowodany ogółem: 376.20 g; Sól: 2.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.64 g; suma cukrów prostych: 107.12 g; Błonnik pokarmowy: 25.58 g;

<b>poniedziałek 2025-07-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2595.24 kcal; Białko ogółem: 111.68 g; Tłuszcz: 75.27 g; Węglowodany ogółem: 376.65 g; Sól: 2.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.22 g; suma cukrów prostych: 108.52 g; Błonnik pokarmowy: 25.58 g;

<b>poniedziałek 2025-07-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2540.96 kcal; Białko ogółem: 94.96 g; Tłuszcz: 88.54 g; Węglowodany ogółem: 351.52 g; Sól: 2.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.22 g; suma cukrów prostych: 99.88 g; Błonnik pokarmowy: 28.15 g;

<b>poniedziałek 2025-07-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2434.40 kcal; Białko ogółem: 99.03 g; Tłuszcz: 68.02 g; Węglowodany ogółem: 365.02 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.76 g; suma cukrów prostych: 110.01 g; Błonnik pokarmowy: 24.05 g;

<b>poniedziałek 2025-07-21</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), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka talarki 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2703.74 kcal; Białko ogółem: 126.18 g; Tłuszcz: 79.62 g; Węglowodany ogółem: 379.15 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.32 g; suma cukrów prostych: 108.77 g; Błonnik pokarmowy: 25.58 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-07-21		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV
Płatki jęczmienne 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), ziemniaki 250g, Masło 10g(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2063.80 kcal; Białko ogółem: 69.67 g; Tłuszcz: 69.75 g; Węglowodany ogółem: 294.55 g; Sól: 3.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.69 g; suma cukrów prostych: 72.16 g; Błonnik pokarmowy: 29.93 g;

poniedziałek 2025-07-21		Jadłospis dla diety: Płynna XIII
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Mus warzywno-owocowy 100g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2179.37 kcal; Białko ogółem: 81.67 g; Tłuszcz: 85.05 g; Węglowodany ogółem: 268.37 g; Sól: 1.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.98 g; suma cukrów prostych: 111.48 g; Błonnik pokarmowy: 23.17 g;

poniedziałek 2025-07-21		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2294.56 kcal; Białko ogółem: 80.95 g; Tłuszcz: 80.34 g; Węglowodany ogółem: 317.02 g; Sól: 2.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.52 g; suma cukrów prostych: 104.38 g; Błonnik pokarmowy: 27.23 g;

poniedziałek 2025-07-21		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), arbusz 150g*, Sałata 10g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g , rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> podplomyki b/c 2szt.15g (1),	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 20g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2284.59 kcal; Białko ogółem: 111.56 g; Tłuszcz: 72.73 g; Węglowodany ogółem: 301.75 g; Sól: 1.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.69 g; suma cukrów prostych: 40.81 g; Błonnik pokarmowy: 27.42 g;

poniedziałek 2025-07-21		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g , rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2556.84 kcal; Białko ogółem: 120.53 g; Tłuszcz: 72.63 g; Węglowodany ogółem: 362.68 g; Sól: 1.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.08 g; suma cukrów prostych: 79.86 g; Błonnik pokarmowy: 32.28 g;

poniedziałek 2025-07-21		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, roszonek 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Ryż z jabłkami 350g.*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku i pomidora 100g (13),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2079.19 kcal; Białko ogółem: 58.33 g; Tłuszcz: 71.74 g; Węglowodany ogółem: 301.43 g; Sól: 2.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.44 g; suma cukrów prostych: 108.80 g; Błonnik pokarmowy: 18.05 g;

poniedziałek 2025-07-21		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 , filet pieczony z indyka 60g , pomidor 100g, Napój roślinny 330g*, roszonek 5g ,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Ryż z jabłkami 350g.*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2268.39 kcal; Białko ogółem: 63.67 g; Tłuszcz: 47.54 g; Węglowodany ogółem: 373.88 g; Sól: 2.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.42 g; suma cukrów prostych: 103.55 g; Błonnik pokarmowy: 25.14 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-07-21		
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, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2415.94 kcal; Białko ogółem: 109.14 g; Tłuszcz: 56.64 g; Węglowodany ogółem: 375.96 g; Sól: 2.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.49 g; suma cukrów prostych: 106.91 g; Błonnik pokarmowy: 25.58 g;

poniedziałek 2025-07-21		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), pomidor 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Salata 10g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, ser żółty 60g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tuńczyka 100g* (4), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2712.49 kcal; Białko ogółem: 120.89 g; Tłuszcz: 90.87 g; Węglowodany ogółem: 361.62 g; Sól: 2.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.07 g; suma cukrów prostych: 102.62 g; Błonnik pokarmowy: 25.01 g;

poniedziałek 2025-07-21		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, herbata bez cukru 250ml, roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), arbuz 150g*, Salata 10g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g, herbata bez cukru 250ml, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2330.69 kcal; Białko ogółem: 123.72 g; Tłuszcz: 62.19 g; Węglowodany ogółem: 322.86 g; Sól: 2.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.16 g; suma cukrów prostych: 56.46 g; Błonnik pokarmowy: 23.18 g;

poniedziałek 2025-07-21		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), roszponka 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), ser żółty 60g (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g, ser topiony 3 x 17g-51g. (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3270.74 kcal; Białko ogółem: 162.76 g; Tłuszcz: 116.68 g; Węglowodany ogółem: 388.55 g; Sól: 3.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.71 g; suma cukrów prostych: 120.11 g; Błonnik pokarmowy: 23.08 g;

poniedziałek 2025-07-21		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2533.34 kcal; Białko ogółem: 109.29 g; Tłuszcz: 69.52 g; Węglowodany ogółem: 376.20 g; Sól: 2.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.64 g; suma cukrów prostych: 107.12 g; Błonnik pokarmowy: 25.58 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2025-07-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Kapuśniak 350ml (1,8,11), салатка z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, schab duszony 80g w sosie własnym (1),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), ogórek konserwowy 100g*, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Biszkoty bez cukru 15g (1,3), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2484.87 kcal; Białko ogółem: 95.79 g; Tłuszcz: 67.78 g; Węglowodany ogółem: 384.39 g; Sól: 4.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.41 g; suma cukrów prostych: 100.25 g; Błonnik pokarmowy: 28.06 g;

<b>wtorek 2025-07-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, schab duszony 80g w sosie własnym (1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Biszkoty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2486.66 kcal; Białko ogółem: 113.94 g; Tłuszcz: 63.83 g; Węglowodany ogółem: 375.14 g; Sól: 2.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.97 g; suma cukrów prostych: 100.35 g; Błonnik pokarmowy: 28.88 g;

<b>wtorek 2025-07-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g 3 kromki , twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Biszkoty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2396.81 kcal; Białko ogółem: 113.77 g; Tłuszcz: 64.18 g; Węglowodany ogółem: 349.57 g; Sól: 2.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.61 g; suma cukrów prostych: 100.03 g; Błonnik pokarmowy: 25.09 g;

<b>wtorek 2025-07-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g 3 kromki , twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Biszkoty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2265.12 kcal; Białko ogółem: 101.50 g; Tłuszcz: 61.59 g; Węglowodany ogółem: 334.58 g; Sól: 2.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.11 g; suma cukrów prostych: 93.55 g; Błonnik pokarmowy: 24.33 g;

<b>wtorek 2025-07-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Biszkoty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2299.67 kcal; Białko ogółem: 111.14 g; Tłuszcz: 58.02 g; Węglowodany ogółem: 342.89 g; Sól: 2.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.80 g; suma cukrów prostych: 77.96 g; Błonnik pokarmowy: 26.21 g;

<b>wtorek 2025-07-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350g (1,2), twaróg 70g (2), rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g , jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	<b>Podwieczerek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Biszkoty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2835.26 kcal; Białko ogółem: 141.80 g; Tłuszcz: 83.58 g; Węglowodany ogółem: 378.79 g; Sól: 3.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.17 g; suma cukrów prostych: 102.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.88 g;

<b>wtorek 2025-07-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Kasza manna na ml, jajko, masło 350ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2356.87 kcal; Białko ogółem: 100.66 g; Tłuszcz: 83.22 g; Węglowodany ogółem: 306.92 g; Sól: 1.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.69 g; suma cukrów prostych: 87.41 g; Błonnik pokarmowy: 29.62 g;		
<b>wtorek 2025-07-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1947.52 kcal; Białko ogółem: 82.32 g; Tłuszcz: 92.29 g; Węglowodany ogółem: 190.13 g; Sól: 2.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.66 g; suma cukrów prostych: 103.44 g; Błonnik pokarmowy: 8.97 g;		
<b>wtorek 2025-07-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350g (1,2), mus warzywno-owocowy 100g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2520.87 kcal; Białko ogółem: 106.41 g; Tłuszcz: 73.80 g; Węglowodany ogółem: 365.96 g; Sól: 2.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.04 g; suma cukrów prostych: 105.41 g; Błonnik pokarmowy: 32.67 g;		
<b>wtorek 2025-07-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, pomarańcza 1 szt, Ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek konserwowy 100g*, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty bez cukru 30g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2489.58 kcal; Białko ogółem: 100.92 g; Tłuszcz: 79.92 g; Węglowodany ogółem: 348.00 g; Sól: 4.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.86 g; suma cukrów prostych: 66.79 g; Błonnik pokarmowy: 40.23 g;		
<b>wtorek 2025-07-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2632.63 kcal; Białko ogółem: 118.63 g; Tłuszcz: 66.11 g; Węglowodany ogółem: 405.96 g; Sól: 2.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.39 g; suma cukrów prostych: 100.93 g; Błonnik pokarmowy: 38.42 g;		
<b>wtorek 2025-07-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane b/mąki 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1952.03 kcal; Białko ogółem: 93.89 g; Tłuszcz: 44.57 g; Węglowodany ogółem: 300.45 g; Sól: 3.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.30 g; suma cukrów prostych: 90.17 g; Błonnik pokarmowy: 25.38 g;		
<b>wtorek 2025-07-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, filet pieczony z indyka 60g , kleik z kaszy manny 350ml(1), rukola 5g,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane b/mleka 120g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 50g*, pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2122.31 kcal; Białko ogółem: 95.98 g; Tłuszcz: 27.63 g; Węglowodany ogółem: 378.58 g; Sól: 3.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.78 g; suma cukrów prostych: 72.56 g; Błonnik pokarmowy: 32.07 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-07-22		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350g (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Biszkopity bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2369.26 kcal; Białko ogółem: 113.79 g; Tłuszcz: 50.95 g; Węglowodany ogółem: 374.90 g; Sól: 2.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.82 g; suma cukrów prostych: 100.14 g; Błonnik pokarmowy: 28.88 g;

wtorek 2025-07-22		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, ser żółty 60g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynki 150g, buraczki gotowane 120g (1,2), Ryż z jabłkami 350g*.,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Biszkopity bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2634.31 kcal; Białko ogółem: 103.77 g; Tłuszcz: 73.40 g; Węglowodany ogółem: 399.10 g; Sól: 3.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.65 g; suma cukrów prostych: 116.47 g; Błonnik pokarmowy: 29.98 g;

wtorek 2025-07-22		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, pomarańcza 1 szt, Ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g , chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , twaróg krajanka 70g (2), ogórek konserwowy 100g*, roszponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Biszkopity bez cukru 30g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2502.93 kcal; Białko ogółem: 120.75 g; Tłuszcz: 62.51 g; Węglowodany ogółem: 366.90 g; Sól: 3.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.55 g; suma cukrów prostych: 84.09 g; Błonnik pokarmowy: 34.49 g;

wtorek 2025-07-22		
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), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350g (1,2), twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	<b>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Biszkopity bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2868.31 kcal; Białko ogółem: 146.12 g; Tłuszcz: 87.50 g; Węglowodany ogółem: 373.23 g; Sól: 3.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.67 g; suma cukrów prostych: 119.28 g; Błonnik pokarmowy: 28.30 g;

wtorek 2025-07-22		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Biszkopity bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2224.81 kcal; Białko ogółem: 101.26 g; Tłuszcz: 57.75 g; Węglowodany ogółem: 335.10 g; Sól: 2.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.53 g; suma cukrów prostych: 82.63 g; Błonnik pokarmowy: 28.30 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2025-07-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), papryka św. 100g , Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g (1), roszonek 5g .	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200 g(1), surówka z kap. pekińskiej 120g, Sos myśliwski 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2517.14 kcal; Białko ogółem: 84.87 g; Tłuszcz: 93.70 g; Węglowodany ogółem: 340.45 g; Sól: 3.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.79 g; suma cukrów prostych: 90.55 g; Błonnik pokarmowy: 32.88 g;

<b>środa 2025-07-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2324.65 kcal; Białko ogółem: 86.81 g; Tłuszcz: 82.61 g; Węglowodany ogółem: 317.07 g; Sól: 3.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.36 g; suma cukrów prostych: 77.05 g; Błonnik pokarmowy: 27.39 g;

<b>środa 2025-07-23</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 rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , rzodkiewka talarki 100g, twarózek 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2238.95 kcal; Białko ogółem: 95.85 g; Tłuszcz: 77.88 g; Węglowodany ogółem: 296.67 g; Sól: 2.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.19 g; suma cukrów prostych: 80.66 g; Błonnik pokarmowy: 26.81 g;

<b>środa 2025-07-23</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), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , rzodkiewka talarki 100g, twarózek 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2136.53 kcal; Białko ogółem: 101.88 g; Tłuszcz: 65.80 g; Węglowodany ogółem: 291.72 g; Sól: 3.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.26 g; suma cukrów prostych: 75.90 g; Błonnik pokarmowy: 25.61 g;

<b>środa 2025-07-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, twarózek 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2538.66 kcal; Białko ogółem: 119.33 g; Tłuszcz: 72.33 g; Węglowodany ogółem: 363.32 g; Sól: 4.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.52 g; suma cukrów prostych: 82.90 g; Błonnik pokarmowy: 30.20 g;

<b>środa 2025-07-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g, twarózek 70g (2),
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2461.85 kcal; Białko ogółem: 114.53 g; Tłuszcz: 83.31 g; Węglowodany ogółem: 321.97 g; Sól: 3.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.76 g; suma cukrów prostych: 81.39 g; Błonnik pokarmowy: 27.39 g;

<b>środa 2025-07-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
---	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2099.09 kcal; Białko ogółem: 92.87 g; Tłuszcz: 73.37 g; Węglowodany ogółem: 272.08 g; Sól: 3.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.80 g; suma cukrów prostych: 78.31 g; Błonnik pokarmowy: 22.12 g;

środa 2025-07-23 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Masło 15g*(2), bukiet warzyw dieta 150 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2115.81 kcal; Białko ogółem: 81.43 g; Tłuszcz: 84.39 g; Węglowodany ogółem: 253.20 g; Sól: 3.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.85 g; suma cukrów prostych: 98.40 g; Błonnik pokarmowy: 15.09 g;

środa 2025-07-23 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), mus warzywno-owocowy 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkopty bez cukru 30g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2520.95 kcal; Białko ogółem: 107.73 g; Tłuszcz: 74.78 g; Węglowodany ogółem: 360.20 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.92 g; suma cukrów prostych: 81.67 g; Błonnik pokarmowy: 30.32 g;

środa 2025-07-23 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), papryka św. 100g , rozszonka 5g ,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, surówka z kap. pekińskiej 120g, gruszka 1 szt., Sos pomidorowy 100ml (1,2), Kasza jęczmienna 200 g(1),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka talarki 100g, rukola 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, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2216.62 kcal; Białko ogółem: 76.34 g; Tłuszcz: 77.59 g; Węglowodany ogółem: 311.33 g; Sól: 3.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.81 g; suma cukrów prostych: 66.34 g; Błonnik pokarmowy: 36.20 g;

środa 2025-07-23 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), surówka z kap. pekińskiej 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), rzodkiewka talarki 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2454.17 kcal; Białko ogółem: 88.61 g; Tłuszcz: 84.43 g; Węglowodany ogółem: 347.88 g; Sól: 3.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.77 g; suma cukrów prostych: 87.87 g; Błonnik pokarmowy: 37.54 g;

środa 2025-07-23 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Herbata z cukrem 250ml*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Ziemniaki 200g*, Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane b/mąki 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2)., rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> wafle ryżowe 60g(9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2392.69 kcal; Białko ogółem: 98.84 g; Tłuszcz: 73.64 g; Węglowodany ogółem: 344.39 g; Sól: 4.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.25 g; suma cukrów prostych: 80.52 g; Błonnik pokarmowy: 25.51 g;

środa 2025-07-23 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , polędwica sopocka 50g(1,8), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane b/mąki 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, miód 1 szt.(25g), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2144.74 kcal; Białko ogółem: 82.17 g; Tłuszcz: 44.59 g; Węglowodany ogółem: 350.83 g; Sól: 4.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.55 g; suma cukrów prostych: 89.98 g; Błonnik pokarmowy: 28.73 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-07-23			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g,			
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2121.37 kcal; Białko ogółem: 84.42 g; Tłuszcz: 64.69 g; Węglowodany ogółem: 308.53 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.11 g; suma cukrów prostych: 72.94 g; Błonnik pokarmowy: 26.58 g;

środa 2025-07-23			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2448.80 kcal; Białko ogółem: 94.27 g; Tłuszcz: 87.14 g; Węglowodany ogółem: 328.29 g; Sól: 2.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.43 g; suma cukrów prostych: 80.50 g; Błonnik pokarmowy: 32.75 g;

środa 2025-07-23			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g, papryka św. 100g, pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rosłonka 5g,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), surówka z kap. pekińskiej 120g, gruszka 1 szt., Sos pomidorowy 100ml (1,2), Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g (1), margaryna roślinna lactima 10g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),			
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2453.52 kcal; Białko ogółem: 92.08 g; Tłuszcz: 74.15 g; Węglowodany ogółem: 360.15 g; Sól: 3.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.81 g; suma cukrów prostych: 94.70 g; Błonnik pokarmowy: 32.14 g;

środa 2025-07-23			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, rzodkiewka talarki 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g, twarożek 70g (2), szynka konserwowa 50g (8),			
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2539.02 kcal; Białko ogółem: 120.91 g; Tłuszcz: 95.58 g; Węglowodany ogółem: 301.01 g; Sól: 4.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.58 g; suma cukrów prostych: 87.93 g; Błonnik pokarmowy: 26.13 g;

środa 2025-07-23			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), jabłko deserowe 1 szt., Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, rzodkiewka talarki 100g, twarożek 70g (2), rukola 5g,			
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2289.97 kcal; Białko ogółem: 87.32 g; Tłuszcz: 75.14 g; Węglowodany ogółem: 322.52 g; Sól: 2.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.94 g; suma cukrów prostych: 101.24 g; Błonnik pokarmowy: 33.68 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-07-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z sałaty,pomidora i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 50g (1), schabowa kanapkowa 50g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Kalafor oprószany 120g(1), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), ogórek kiszony 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2446.54 kcal; Białko ogółem: 106.74 g; Tłuszcz: 91.48 g; Węglowodany ogółem: 307.94 g; Sól: 5.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.50 g; suma cukrów prostych: 70.36 g; Błonnik pokarmowy: 24.32 g;

<b>czwartek 2025-07-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2297.67 kcal; Białko ogółem: 98.30 g; Tłuszcz: 72.61 g; Węglowodany ogółem: 319.32 g; Sól: 3.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.37 g; suma cukrów prostych: 83.57 g; Błonnik pokarmowy: 30.56 g;

<b>czwartek 2025-07-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2296.67 kcal; Białko ogółem: 103.01 g; Tłuszcz: 79.23 g; Węglowodany ogółem: 298.62 g; Sól: 3.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.48 g; suma cukrów prostych: 84.49 g; Błonnik pokarmowy: 29.98 g;

<b>czwartek 2025-07-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), marchew gotowana 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2224.47 kcal; Białko ogółem: 84.90 g; Tłuszcz: 68.77 g; Węglowodany ogółem: 322.72 g; Sól: 3.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.08 g; suma cukrów prostych: 86.25 g; Błonnik pokarmowy: 30.76 g;

<b>czwartek 2025-07-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), marchew gotowana 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2337.87 kcal; Białko ogółem: 89.18 g; Tłuszcz: 69.85 g; Węglowodany ogółem: 345.82 g; Sól: 3.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.55 g; suma cukrów prostych: 85.73 g; Błonnik pokarmowy: 32.64 g;

<b>czwartek 2025-07-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, szynka konserwowa 50g (8), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2472.57 kcal; Białko ogółem: 116.29 g; Tłuszcz: 83.11 g; Węglowodany ogółem: 321.42 g; Sól: 4.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.74 g; suma cukrów prostych: 84.97 g; Błonnik pokarmowy: 30.56 g;

<b>czwartek 2025-07-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Jadłospisy dla oddziałów**

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2144.29 kcal; Białko ogółem: 88.02 g; Tłuszcz: 63.21 g; Węglowodany ogółem: 309.42 g; Sól: 1.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.48 g; suma cukrów prostych: 84.60 g; Błonnik pokarmowy: 28.09 g;

czwartek 2025-07-24 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2085.96 kcal; Białko ogółem: 77.32 g; Tłuszcz: 72.46 g; Węglowodany ogółem: 275.69 g; Sól: 1.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.20 g; suma cukrów prostych: 107.31 g; Błonnik pokarmowy: 20.79 g;

czwartek 2025-07-24 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Napój roślinny 330g*,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 30g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2624.96 kcal; Białko ogółem: 85.17 g; Tłuszcz: 63.89 g; Węglowodany ogółem: 410.14 g; Sól: 3.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.98 g; suma cukrów prostych: 117.15 g; Błonnik pokarmowy: 31.11 g;

czwartek 2025-07-24 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
Herbata b/c 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z sałaty, pomidora i pestkami dyni 100g*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , Udko gotowane 1szt 200g,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka konserwowa 50g (8), ogórek kiszony 100g, rozszponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Podwieczorek:</b> Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt. 15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2238.96 kcal; Białko ogółem: 98.66 g; Tłuszcz: 84.70 g; Węglowodany ogółem: 283.32 g; Sól: 5.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.40 g; suma cukrów prostych: 36.26 g; Błonnik pokarmowy: 33.67 g;

czwartek 2025-07-24 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kalafior oprószyany 120g(1), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rozszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt. 15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2471.60 kcal; Białko ogółem: 105.46 g; Tłuszcz: 75.67 g; Węglowodany ogółem: 352.59 g; Sól: 3.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.59 g; suma cukrów prostych: 80.03 g; Błonnik pokarmowy: 39.42 g;

czwartek 2025-07-24 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog. naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki 350ml(2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, pomidor 100g, szynka konserwowa 50g (8), rozszponka 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]: 2109.57 kcal; Białko ogółem: 77.11 g; Tłuszcz: 69.09 g; Węglowodany ogółem: 302.84 g; Sól: 3.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.29 g; suma cukrów prostych: 83.96 g; Błonnik pokarmowy: 28.62 g;

czwartek 2025-07-24 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), filet pieczony z indyka 60g ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rozszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2064.93 kcal; Białko ogółem: 102.32 g; Tłuszcz: 53.41 g; Węglowodany ogółem: 300.05 g; Sól: 3.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.25 g; suma cukrów prostych: 64.25 g; Błonnik pokarmowy: 29.61 g;

czwartek 2025-07-24 <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rozszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt. 15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2180.27 kcal; Białko ogółem: 98.16 g; Tłuszcz: 59.74 g; Węglowodany ogółem: 319.08 g; Sól: 3.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.22 g; suma cukrów prostych: 83.36 g; Błonnik pokarmowy: 30.56 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-07-24		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2253.32 kcal; Białko ogółem: 80.59 g; Tłuszcz: 71.86 g; Węglowodany ogółem: 322.02 g; Sól: 4.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.81 g; suma cukrów prostych: 84.97 g; Błonnik pokarmowy: 30.56 g;

czwartek 2025-07-24		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Sałatka z sałaty, pomidora i pestkami dyni 100g*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), Ryż na mleku 350 ml*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, jabłko deserowe 1 szt. , Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g (1), szynka konserwowa 50g (8), ogórek kiszony 100g, roszonek 5g , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Podwieczorek:</b> Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2419.26 kcal; Białko ogółem: 108.47 g; Tłuszcz: 77.78 g; Węglowodany ogółem: 330.95 g; Sól: 5.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.35 g; suma cukrów prostych: 77.48 g; Błonnik pokarmowy: 26.88 g;

czwartek 2025-07-24		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, Ser żółty 50g(2), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2463.67 kcal; Białko ogółem: 115.51 g; Tłuszcz: 92.23 g; Węglowodany ogółem: 298.67 g; Sól: 3.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.48 g; suma cukrów prostych: 84.54 g; Błonnik pokarmowy: 29.98 g;

czwartek 2025-07-24		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel 250g,	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2297.37 kcal; Białko ogółem: 94.16 g; Tłuszcz: 71.53 g; Węglowodany ogółem: 325.04 g; Sól: 3.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.90 g; suma cukrów prostych: 105.81 g; Błonnik pokarmowy: 30.00 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2025-07-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, kakao 250ml (1,2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), roszonek 5g ,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, surówka bulgarska 120g.(3,11,13),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2594.22 kcal; Białko ogółem: 117.05 g; Tłuszcz: 63.89 g; Węglowodany ogółem: 399.26 g; Sól: 3.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.82 g; suma cukrów prostych: 125.81 g; Błonnik pokarmowy: 30.20 g;

<b>piątek 2025-07-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2317.49 kcal; Białko ogółem: 98.48 g; Tłuszcz: 64.20 g; Węglowodany ogółem: 345.94 g; Sól: 3.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.98 g; suma cukrów prostych: 122.89 g; Błonnik pokarmowy: 28.90 g;

<b>piątek 2025-07-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki b/soli 200g m, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g 3 kromki , rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2383.93 kcal; Białko ogółem: 83.51 g; Tłuszcz: 71.04 g; Węglowodany ogółem: 362.89 g; Sól: 2.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.27 g; suma cukrów prostych: 125.28 g; Błonnik pokarmowy: 31.16 g;

<b>piątek 2025-07-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g 3 kromki , rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2380.61 kcal; Białko ogółem: 93.83 g; Tłuszcz: 55.39 g; Węglowodany ogółem: 389.59 g; Sól: 3.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.94 g; suma cukrów prostych: 109.57 g; Błonnik pokarmowy: 36.47 g;

<b>piątek 2025-07-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2505.11 kcal; Białko ogółem: 95.76 g; Tłuszcz: 68.49 g; Węglowodany ogółem: 388.04 g; Sól: 3.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.54 g; suma cukrów prostych: 107.22 g; Błonnik pokarmowy: 32.99 g;

<b>piątek 2025-07-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g (2), roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), pomidor 100g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2727.99 kcal; Białko ogółem: 121.33 g; Tłuszcz: 70.80 g; Węglowodany ogółem: 414.44 g; Sól: 3.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.83 g; suma cukrów prostych: 130.16 g; Błonnik pokarmowy: 34.90 g;

<b>piątek 2025-07-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
kakao 250ml (1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, szpinak gotowany 150g (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120g,

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2200.78 kcal; Białko ogółem: 83.75 g; Tłuszcz: 61.23 g; Węglowodany ogółem: 337.02 g; Sól: 3.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.25 g; suma cukrów prostych: 91.92 g; Błonnik pokarmowy: 27.94 g;

piątek 2025-07-25 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2129.52 kcal; Białko ogółem: 83.85 g; Tłuszcz: 83.57 g; Węglowodany ogółem: 257.71 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.72 g; suma cukrów prostych: 87.30 g; Błonnik pokarmowy: 17.07 g;

piątek 2025-07-25 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), Szpinak gotowany 120g(2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2563.55 kcal; Białko ogółem: 87.57 g; Tłuszcz: 66.57 g; Węglowodany ogółem: 411.14 g; Sól: 2.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.17 g; suma cukrów prostych: 124.72 g; Błonnik pokarmowy: 32.52 g;

piątek 2025-07-25 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
kakao b/c 250ml (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, roszponka 5g ,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), kiwi 1szt., Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2109.31 kcal; Białko ogółem: 107.69 g; Tłuszcz: 70.55 g; Węglowodany ogółem: 264.36 g; Sól: 2.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.10 g; suma cukrów prostych: 53.92 g; Błonnik pokarmowy: 35.26 g;

piątek 2025-07-25 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
kakao 250ml (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), pomidor 100g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2788.27 kcal; Białko ogółem: 116.86 g; Tłuszcz: 71.57 g; Węglowodany ogółem: 433.46 g; Sól: 3.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.67 g; suma cukrów prostych: 124.13 g; Błonnik pokarmowy: 39.15 g;

piątek 2025-07-25 <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), roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), pomidor 100g,	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), filet z dorsza parowany 100g (4,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rukola 5g, filet pieczony z indyka 60g , rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2013.93 kcal; Białko ogółem: 85.84 g; Tłuszcz: 58.69 g; Węglowodany ogółem: 294.85 g; Sól: 2.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.32 g; suma cukrów prostych: 80.81 g; Błonnik pokarmowy: 22.21 g;

piątek 2025-07-25 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g , pomidor 100g,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, rukola 5g, rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2124.76 kcal; Białko ogółem: 71.79 g; Tłuszcz: 33.09 g; Węglowodany ogółem: 390.65 g; Sól: 3.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.06 g; suma cukrów prostych: 114.67 g; Błonnik pokarmowy: 37.69 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-07-25		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2200.09 kcal; Białko ogółem: 98.34 g; Tłuszcz: 51.33 g; Węglowodany ogółem: 345.70 g; Sól: 3.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.82 g; suma cukrów prostych: 122.68 g; Błonnik pokarmowy: 28.90 g;

piątek 2025-07-25		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, ser żółty 60g (2), rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2579.79 kcal; Białko ogółem: 115.87 g; Tłuszcz: 85.55 g; Węglowodany ogółem: 346.45 g; Sól: 3.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.15 g; suma cukrów prostych: 124.35 g; Błonnik pokarmowy: 28.90 g;

piątek 2025-07-25		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g, Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, kakao 250ml (1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), kiwi 1szt., Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 50g (1), margaryna roślinna lactima 10g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2249.92 kcal; Białko ogółem: 118.91 g; Tłuszcz: 64.84 g; Węglowodany ogółem: 297.39 g; Sól: 3.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.49 g; suma cukrów prostych: 82.07 g; Błonnik pokarmowy: 27.60 g;

piątek 2025-07-25		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), pomidor 100g, szynka piastowska 50g(8), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, rukola 5g, ser żółty 60g (2), twaróg krajanka 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2682.59 kcal; Białko ogółem: 129.66 g; Tłuszcz: 96.32 g; Węglowodany ogółem: 320.80 g; Sól: 4.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.25 g; suma cukrów prostych: 122.84 g; Błonnik pokarmowy: 25.82 g;

piątek 2025-07-25		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka piastowska 50g(8), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2098.24 kcal; Białko ogółem: 93.17 g; Tłuszcz: 62.88 g; Węglowodany ogółem: 296.97 g; Sól: 3.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.45 g; suma cukrów prostych: 99.64 g; Błonnik pokarmowy: 25.25 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-07-26</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 50g (1),	Krupnik 350ml(1,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Masło 15g*(2), herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta rybna z twarogiem 70g (2,4), papryka św. 100g , roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Grejfrut 1/2 szt ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2490.79 kcal; Białko ogółem: 100.01 g; Tłuszcz: 75.27 g; Węglowodany ogółem: 364.45 g; Sól: 2.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.39 g; suma cukrów prostych: 93.01 g; Błonnik pokarmowy: 37.00 g;

<b>sobota 2025-07-26</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Sałatka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), ziemniaki 200g*,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2402.16 kcal; Białko ogółem: 92.58 g; Tłuszcz: 74.19 g; Węglowodany ogółem: 352.63 g; Sól: 2.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.80 g; suma cukrów prostych: 81.71 g; Błonnik pokarmowy: 31.63 g;

<b>sobota 2025-07-26</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), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 200g*,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2404.81 kcal; Białko ogółem: 100.45 g; Tłuszcz: 78.62 g; Węglowodany ogółem: 328.78 g; Sól: 2.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.80 g; suma cukrów prostych: 81.22 g; Błonnik pokarmowy: 30.23 g;

<b>sobota 2025-07-26</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), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 200g*,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , twarózek 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2326.26 kcal; Białko ogółem: 100.10 g; Tłuszcz: 71.11 g; Węglowodany ogółem: 331.93 g; Sól: 1.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.32 g; suma cukrów prostych: 83.80 g; Błonnik pokarmowy: 30.27 g;

<b>sobota 2025-07-26</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 200g*,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), papryka św. 100g , roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2531.46 kcal; Białko ogółem: 98.08 g; Tłuszcz: 81.94 g; Węglowodany ogółem: 356.70 g; Sól: 2.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.66 g; suma cukrów prostych: 84.83 g; Błonnik pokarmowy: 32.05 g;

<b>sobota 2025-07-26</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Rzodkiew biała 100g , serek homo owocowy 70g (2), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2754.36 kcal; Białko ogółem: 118.30 g; Tłuszcz: 91.45 g; Węglowodany ogółem: 364.74 g; Sól: 2.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.18 g; suma cukrów prostych: 93.73 g; Błonnik pokarmowy: 30.81 g;

<b>sobota 2025-07-26</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200 g, Masło 10g(2),	herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), masło 10g - 1 szt. (2),

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1939.87 kcal; Białko ogółem: 64.23 g; Tłuszcz: 65.45 g; Węglowodany ogółem: 286.95 g; Sól: 3.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.40 g; suma cukrów prostych: 61.69 g; Błonnik pokarmowy: 24.72 g;

sobota 2025-07-26 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200 g, Jarzynka gotowana 150g*,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Ryż na ml, jajo.masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2029.60 kcal; Białko ogółem: 76.32 g; Tłuszcz: 77.73 g; Węglowodany ogółem: 259.39 g; Sól: 5.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.47 g; suma cukrów prostych: 89.14 g; Błonnik pokarmowy: 18.12 g;

sobota 2025-07-26 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroz. 250ml*,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 30g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2178.40 kcal; Białko ogółem: 83.07 g; Tłuszcz: 73.17 g; Węglowodany ogółem: 301.02 g; Sól: 2.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.40 g; suma cukrów prostych: 86.54 g; Błonnik pokarmowy: 26.76 g;

sobota 2025-07-26 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), gruszka 1 szt., Grejfrut 1/2 szt., Kompot z owoców mroz.b/c 250ml*, gulasz wieprzowo-drobiowy 150g (1,13), ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pasta rybna z twarogiem 70g (2,4), papryka św. 100g, roszonek 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2496.64 kcal; Białko ogółem: 109.54 g; Tłuszcz: 73.73 g; Węglowodany ogółem: 363.51 g; Sól: 1.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.71 g; suma cukrów prostych: 87.72 g; Błonnik pokarmowy: 45.84 g;

sobota 2025-07-26 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, gruszka 1 szt., gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2546.48 kcal; Białko ogółem: 96.94 g; Tłuszcz: 74.21 g; Węglowodany ogółem: 388.00 g; Sól: 2.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.33 g; suma cukrów prostych: 89.36 g; Błonnik pokarmowy: 38.83 g;

sobota 2025-07-26 <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), Rzodkiew biała 100g, rukola 5g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Ryż na mleku 350 ml*(2), czarnuszka 2g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Jajko sadzone 1szt*(3), bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1904.55 kcal; Białko ogółem: 68.10 g; Tłuszcz: 63.50 g; Węglowodany ogółem: 269.06 g; Sól: 3.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.67 g; suma cukrów prostych: 61.70 g; Błonnik pokarmowy: 23.00 g;

sobota 2025-07-26 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., poledwica sopocka 50g(1,8), Rzodkiew biała 100g, rukola 5g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami b/ml 350ml (1,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 200g*,	herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, schab na kartki 50g*, roszonek 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 20g(9), Napój roślinny 330g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2187.05 kcal; Białko ogółem: 87.19 g; Tłuszcz: 40.64 g; Węglowodany ogółem: 349.87 g; Sól: 2.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.61 g; suma cukrów prostych: 71.78 g; Błonnik pokarmowy: 32.88 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-07-26			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Rzodkiew biała 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,		Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), ziemniaki 200g*,		herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g,	
		Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2172.01 kcal; Białko ogółem: 92.29 g; Tłuszcz: 50.23 g; Węglowodany ogółem: 349.00 g; Sól: 2.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.12 g; suma cukrów prostych: 79.50 g; Błonnik pokarmowy: 30.81 g;

sobota 2025-07-26			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Rzodkiew biała 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,		Krupnik 350ml(1,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana 100g,		herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszponka 5g,	
		Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2505.00 kcal; Białko ogółem: 108.10 g; Tłuszcz: 73.01 g; Węglowodany ogółem: 357.66 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.94 g; suma cukrów prostych: 93.85 g; Błonnik pokarmowy: 27.22 g;

sobota 2025-07-26			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),		Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Surówka z czerwonej kapusty 120g, Grejfrut 1/2 szt, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), ziemniaki 200g*,		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 50g (1), Pasta rybna z twarogiem 70g (2,4), papryka św. 100g, roszponka 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),	
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,		Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2497.84 kcal; Białko ogółem: 108.25 g; Tłuszcz: 66.81 g; Węglowodany ogółem: 377.02 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.89 g; suma cukrów prostych: 104.43 g; Błonnik pokarmowy: 36.98 g;

sobota 2025-07-26			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Rzodkiew biała 100g, Twaróg 100g (2), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,		Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, bukiet warzyw dieta 120g, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), ziemniaki 200g*,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszponka 5g,	
				Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2780.36 kcal; Białko ogółem: 122.46 g; Tłuszcz: 92.13 g; Węglowodany ogółem: 365.18 g; Sól: 2.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.92 g; suma cukrów prostych: 111.27 g; Błonnik pokarmowy: 30.63 g;

sobota 2025-07-26			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), jabłko deserowe 1 szt. , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,		Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, mandarynka 1 szt., gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), ziemniaki 200g*,		herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, papryka św. 100g, ser żółty 60g (2), roszponka 5g,	
				Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2511.81 kcal; Białko ogółem: 107.14 g; Tłuszcz: 84.49 g; Węglowodany ogółem: 341.10 g; Sól: 2.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.25 g; suma cukrów prostych: 94.51 g; Błonnik pokarmowy: 30.07 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-07-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z ogórka, salaty zielonej i nasionami słonecznika 100g*, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350g (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z kurczaka panier. 100g*(1,3,13), Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 30g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3046.66 kcal; Białko ogółem: 112.91 g; Tłuszcz: 113.52 g; Węglowodany ogółem: 403.76 g; Sól: 4.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.25 g; suma cukrów prostych: 99.57 g; Błonnik pokarmowy: 29.68 g;

<b>niedziela 2025-07-27</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, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350g (1,2), roszponka 5g ,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2762.99 kcal; Białko ogółem: 122.87 g; Tłuszcz: 84.15 g; Węglowodany ogółem: 386.45 g; Sól: 3.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.25 g; suma cukrów prostych: 112.19 g; Błonnik pokarmowy: 32.37 g;

<b>niedziela 2025-07-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2),	Gryskowa 300ml (1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki b/soli 200g m, buraczki gotowane 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), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2299.04 kcal; Białko ogółem: 108.43 g; Tłuszcz: 60.79 g; Węglowodany ogółem: 335.28 g; Sól: 3.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.17 g; suma cukrów prostych: 106.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.19 g;

<b>niedziela 2025-07-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2638.01 kcal; Białko ogółem: 109.11 g; Tłuszcz: 81.64 g; Węglowodany ogółem: 374.50 g; Sól: 3.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.25 g; suma cukrów prostych: 105.30 g; Błonnik pokarmowy: 32.02 g;

<b>niedziela 2025-07-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony talarki 100g, roszponka 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*. Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2532.91 kcal; Białko ogółem: 112.42 g; Tłuszcz: 67.49 g; Węglowodany ogółem: 375.80 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.72 g; suma cukrów prostych: 106.85 g; Błonnik pokarmowy: 30.13 g;

<b>niedziela 2025-07-27</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), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2),	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twaróg 100g (2), rukola 5g, serek homo owocowy 70g (2),
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*. Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2935.86 kcal; Białko ogółem: 153.19 g; Tłuszcz: 86.46 g; Węglowodany ogółem: 393.99 g; Sól: 3.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.40 g; suma cukrów prostych: 124.25 g; Błonnik pokarmowy: 32.06 g;

<b>niedziela 2025-07-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
---	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2522.44 kcal; Białko ogółem: 109.33 g; Tłuszcz: 92.08 g; Węglowodany ogółem: 319.83 g; Sól: 2.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.20 g; suma cukrów prostych: 96.28 g; Błonnik pokarmowy: 29.92 g;

niedziela 2025-07-27 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmieńne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2289.01 kcal; Białko ogółem: 88.89 g; Tłuszcz: 88.49 g; Węglowodany ogółem: 282.10 g; Sól: 2.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.40 g; suma cukrów prostych: 123.74 g; Błonnik pokarmowy: 25.53 g;

niedziela 2025-07-27 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), twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Jarzynka gotowana 100g* (1,2,13), Pomidorowa z zacierką 350ml(1,2,3,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	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> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2720.75 kcal; Białko ogółem: 115.79 g; Tłuszcz: 79.87 g; Węglowodany ogółem: 391.32 g; Sól: 2.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.61 g; suma cukrów prostych: 129.45 g; Błonnik pokarmowy: 29.25 g;

niedziela 2025-07-27 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Sałatka z ogórka, sałaty zielonej i nasionami słonecznika 100g*, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13),	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), 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> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2710.03 kcal; Białko ogółem: 123.80 g; Tłuszcz: 105.50 g; Węglowodany ogółem: 320.97 g; Sól: 3.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.03 g; suma cukrów prostych: 56.38 g; Błonnik pokarmowy: 35.94 g;

niedziela 2025-07-27 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony talarki 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), roszonek 5g ,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2786.16 kcal; Białko ogółem: 124.36 g; Tłuszcz: 81.99 g; Węglowodany ogółem: 399.54 g; Sól: 3.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.93 g; suma cukrów prostych: 113.04 g; Błonnik pokarmowy: 39.70 g;

niedziela 2025-07-27 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), mandarynka 1 szt., chleb b/glutenowy 3 kromki, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2061.40 kcal; Białko ogółem: 88.02 g; Tłuszcz: 54.50 g; Węglowodany ogółem: 311.75 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.14 g; suma cukrów prostych: 85.13 g; Błonnik pokarmowy: 26.50 g;

niedziela 2025-07-27 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka talarki 100g, schab na kartki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	miód 1 szt.(25g), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), mandarynka 1 szt.,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1947.30 kcal; Białko ogółem: 80.11 g; Tłuszcz: 19.86 g; Węglowodany ogółem: 371.62 g; Sól: 3.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 5.69 g; suma cukrów prostych: 90.05 g; Błonnik pokarmowy: 36.18 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-07-27		
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, twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), roszponka 5g ,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	serek homog.naturalny 70g. (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2439.26 kcal; Białko ogółem: 125.07 g; Tłuszcz: 48.80 g; Węglowodany ogółem: 382.66 g; Sól: 2.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.78 g; suma cukrów prostych: 113.21 g; Błonnik pokarmowy: 32.00 g;

niedziela 2025-07-27		
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), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2635.56 kcal; Białko ogółem: 90.32 g; Tłuszcz: 76.65 g; Węglowodany ogółem: 401.27 g; Sól: 2.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.11 g; suma cukrów prostych: 119.03 g; Błonnik pokarmowy: 30.88 g;

niedziela 2025-07-27		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), szynka konserwowa 50g (8), Sałatka z ogórka, sałaty zielonej i nasionami słonecznika 100g*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), kasza manna na mleku 350g (1,2),	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 50g (1), pomidor 100g, margaryna roślinna lactima 10g , rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2776.18 kcal; Białko ogółem: 136.95 g; Tłuszcz: 82.87 g; Węglowodany ogółem: 372.96 g; Sól: 4.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.46 g; suma cukrów prostych: 102.59 g; Błonnik pokarmowy: 29.60 g;

niedziela 2025-07-27		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rzodkiewka talarki 100g, Parówka na gorąco 1szt-60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2),	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, ser żółty 60g (2), rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2),.
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3197.46 kcal; Białko ogółem: 150.96 g; Tłuszcz: 116.76 g; Węglowodany ogółem: 382.38 g; Sól: 4.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56.20 g; suma cukrów prostych: 112.15 g; Błonnik pokarmowy: 32.06 g;

niedziela 2025-07-27		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Parówka na gorąco 1szt-60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , kasza manna na mleku 350g (1,2),	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	ser żółty 60g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 50g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> kiwi 1szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2647.21 kcal; Białko ogółem: 114.43 g; Tłuszcz: 89.03 g; Węglowodany ogółem: 354.23 g; Sól: 3.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.30 g; suma cukrów prostych: 85.79 g; Błonnik pokarmowy: 31.09 g;

Dietetyk

.....