

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-08-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250 g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Barszcz ukraiński z fasolą 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), salata zielona 10g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), ogórek zielony talarki 100g, Paszlet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2305.23 kcal; Białko ogółem: 76.47 g; Tłuszcz: 64.50 g; Węglowodany ogółem: 369.64 g; Sól: 2.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.04 g; suma cukrów prostych: 108.92 g; Błonnik pokarmowy: 35.89 g;

<b>poniedziałek 2025-08-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250 g, Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2050.79 kcal; Białko ogółem: 62.62 g; Tłuszcz: 55.73 g; Węglowodany ogółem: 335.07 g; Sól: 1.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.42 g; suma cukrów prostych: 107.73 g; Błonnik pokarmowy: 28.89 g;

<b>poniedziałek 2025-08-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), salata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2363.09 kcal; Białko ogółem: 76.28 g; Tłuszcz: 56.80 g; Węglowodany ogółem: 393.77 g; Sól: 1.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.22 g; suma cukrów prostych: 118.81 g; Błonnik pokarmowy: 25.75 g;

<b>poniedziałek 2025-08-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana b/ml. 350ml.(1,8,13), salata zielona 10g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 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]: 2314.00 kcal; Białko ogółem: 90.09 g; Tłuszcz: 57.58 g; Węglowodany ogółem: 367.42 g; Sól: 2.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.74 g; suma cukrów prostych: 99.10 g; Błonnik pokarmowy: 24.57 g;

<b>poniedziałek 2025-08-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana b/ml. 350ml.(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g , rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2401.77 kcal; Białko ogółem: 90.68 g; Tłuszcz: 63.04 g; Węglowodany ogółem: 379.12 g; Sól: 2.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.17 g; suma cukrów prostych: 103.48 g; Błonnik pokarmowy: 29.64 g;

<b>poniedziałek 2025-08-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homo waniliowy 70g*(2), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, salata zielona 10g, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), roszponka 5g , twaróg krajanka 70g (2),
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2529.39 kcal; Białko ogółem: 117.30 g; Tłuszcz: 58.59 g; Węglowodany ogółem: 391.36 g; Sól: 2.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.15 g; suma cukrów prostych: 127.40 g; Błonnik pokarmowy: 24.35 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-08-04		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata z cukrem 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g,	Ryżowa 400ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2052.64 kcal; Białko ogółem: 92.05 g; Tłuszcz: 66.00 g; Węglowodany ogółem: 276.19 g; Sól: 3.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.54 g; suma cukrów prostych: 68.17 g; Błonnik pokarmowy: 27.40 g;

poniedziałek 2025-08-04		Jadłospis dla diety: Płynna XIII
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Jarzynka gotowana 150g*, masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2170.55 kcal; Białko ogółem: 78.00 g; Tłuszcz: 88.19 g; Węglowodany ogółem: 260.62 g; Sól: 2.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.93 g; suma cukrów prostych: 95.19 g; Błonnik pokarmowy: 20.58 g;

poniedziałek 2025-08-04		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*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2241.12 kcal; Białko ogółem: 79.88 g; Tłuszcz: 68.53 g; Węglowodany ogółem: 327.74 g; Sól: 2.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.91 g; suma cukrów prostych: 113.62 g; Błonnik pokarmowy: 30.04 g;

poniedziałek 2025-08-04		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI
Herbata b/c 250 g, chleb żytni 90g(1) 3 kromki, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, arbuż 150g*, Kaszotto dieta 250g (1,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony talarki 100g, roszonek 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> podpiomyki b/c 2szt.15g (1),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1850.99 kcal; Białko ogółem: 74.54 g; Tłuszcz: 65.75 g; Węglowodany ogółem: 250.82 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.85 g; suma cukrów prostych: 41.61 g; Błonnik pokarmowy: 28.27 g;

poniedziałek 2025-08-04		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V
Herbata b/c 250 g, chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałata zielona 10g, makaron razowy z serem b/c 350g(1,2),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> kiwi 1szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2200.29 kcal; Białko ogółem: 100.55 g; Tłuszcz: 57.39 g; Węglowodany ogółem: 323.56 g; Sól: 2.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.54 g; suma cukrów prostych: 51.34 g; Błonnik pokarmowy: 27.67 g;

poniedziałek 2025-08-04		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2132.50 kcal; Białko ogółem: 87.73 g; Tłuszcz: 60.75 g; Węglowodany ogółem: 317.39 g; Sól: 2.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.27 g; suma cukrów prostych: 105.63 g; Błonnik pokarmowy: 20.55 g;

poniedziałek 2025-08-04		Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, filet pieczony z indyka 60g, pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g, makaron z jabłkami 350g (1,3),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2012.60 kcal; Białko ogółem: 49.36 g; Tłuszcz: 31.33 g; Węglowodany ogółem: 386.63 g; Sól: 1.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.86 g; suma cukrów prostych: 126.88 g; Błonnik pokarmowy: 31.79 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-08-04			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,		Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g, Ryż z jabłkami 350g.*,		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2098.89 kcal; Białko ogółem: 62.94 g; Tłuszcz: 34.63 g; Węglowodany ogółem: 390.94 g; Sól: 1.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.98 g; suma cukrów prostych: 116.36 g; Błonnik pokarmowy: 25.75 g;

poniedziałek 2025-08-04			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), rukola 5g, pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2),		Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g.*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g,		Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2)., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszonek 5g ,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2513.59 kcal; Białko ogółem: 88.04 g; Tłuszcz: 59.74 g; Węglowodany ogółem: 413.06 g; Sól: 1.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.99 g; suma cukrów prostych: 137.82 g; Błonnik pokarmowy: 25.75 g;

poniedziałek 2025-08-04			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), kasza manna na mleku 350g (1,2),		Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, arbuż 150g*, Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),		kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , szynka piastowska 50g(8), ogórek zielony talarki 100g, Herbata bez cukru 250g, roszonek 5g ,	
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,		Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt. 15g (1),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1761.14 kcal; Białko ogółem: 66.50 g; Tłuszcz: 45.89 g; Węglowodany ogółem: 279.63 g; Sól: 2.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.10 g; suma cukrów prostych: 64.30 g; Błonnik pokarmowy: 23.70 g;

poniedziałek 2025-08-04			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), ser żółty 60g (2),		Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g, arbuż 200g, Ryż z jabłkami 350g.*,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), roszonek 5g , twaróg krajanka 70g (2)., jajko na twardo 2 szt. 100g(3),	
				Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2888.49 kcal; Białko ogółem: 119.78 g; Tłuszcz: 95.30 g; Węglowodany ogółem: 382.53 g; Sól: 2.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.86 g; suma cukrów prostych: 112.87 g; Błonnik pokarmowy: 23.05 g;

poniedziałek 2025-08-04			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),		Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*,		Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2367.69 kcal; Białko ogółem: 76.29 g; Tłuszcz: 56.21 g; Węglowodany ogółem: 396.28 g; Sól: 1.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.91 g; suma cukrów prostych: 123.97 g; Błonnik pokarmowy: 25.45 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2025-08-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*.	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*.	rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g, Masło 15g*(2).
	<b>Podwieczerek:</b> arbuz 150g*.	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2696.39 kcal; Białko ogółem: 116.71 g; Tłuszcz: 80.47 g; Węglowodany ogółem: 380.71 g; Sól: 2.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.39 g; suma cukrów prostych: 106.55 g; Błonnik pokarmowy: 34.28 g;

<b>wtorek 2025-08-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*.	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*.	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g.
	<b>Podwieczerek:</b> arbuz 150g*.	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2539.37 kcal; Białko ogółem: 116.87 g; Tłuszcz: 67.71 g; Węglowodany ogółem: 373.57 g; Sól: 2.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.06 g; suma cukrów prostych: 99.37 g; Błonnik pokarmowy: 32.55 g;

<b>wtorek 2025-08-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*.	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, schab duszony 80g w sosie własnym (1).	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g.
	<b>Podwieczerek:</b> arbuz 150g*.	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2548.93 kcal; Białko ogółem: 122.59 g; Tłuszcz: 65.58 g; Węglowodany ogółem: 374.97 g; Sól: 2.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.10 g; suma cukrów prostych: 101.09 g; Błonnik pokarmowy: 32.55 g;

<b>wtorek 2025-08-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), pomidor 100g, rozszponka 5g.	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Filet z kurczaka gotowany 80g.	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g.
	<b>Podwieczerek:</b> arbuz 150g*.	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2354.17 kcal; Białko ogółem: 118.37 g; Tłuszcz: 65.57 g; Węglowodany ogółem: 331.28 g; Sól: 2.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.07 g; suma cukrów prostych: 100.84 g; Błonnik pokarmowy: 29.55 g;

<b>wtorek 2025-08-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*.	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g.	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2).
	<b>Podwieczerek:</b> arbuz 150g*.	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2353.40 kcal; Białko ogółem: 115.79 g; Tłuszcz: 59.63 g; Węglowodany ogółem: 345.52 g; Sól: 2.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.37 g; suma cukrów prostych: 78.35 g; Błonnik pokarmowy: 31.20 g;

<b>wtorek 2025-08-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*.	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, schab duszony 80g w sosie własnym (1), ziemniaki 200g*.	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g.
	<b>Podwieczerek:</b> arbuz 150g*.	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2448.73 kcal; Białko ogółem: 122.77 g; Tłuszcz: 63.38 g; Węglowodany ogółem: 354.57 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.47 g; suma cukrów prostych: 80.09 g; Błonnik pokarmowy: 32.55 g;

<b>wtorek 2025-08-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3).	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g.	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Jarzynka gotowana 150g*, Mięso mielone drobiowe 90g*.

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2195.05 kcal; Białko ogółem: 109.63 g; Tłuszcz: 56.53 g; Węglowodany ogółem: 324.34 g; Sól: 2.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.62 g; suma cukrów prostych: 100.49 g; Błonnik pokarmowy: 32.43 g;

wtorek 2025-08-05 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Masło 15g*(2), bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2430.72 kcal; Białko ogółem: 95.43 g; Tłuszcz: 92.57 g; Węglowodany ogółem: 299.18 g; Sól: 2.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.31 g; suma cukrów prostych: 140.41 g; Błonnik pokarmowy: 22.03 g;

wtorek 2025-08-05 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2520.92 kcal; Białko ogółem: 116.44 g; Tłuszcz: 68.72 g; Węglowodany ogółem: 362.43 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.67 g; suma cukrów prostych: 106.21 g; Błonnik pokarmowy: 31.94 g;

wtorek 2025-08-05 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Sałatka z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, schab duszony 80g w sosie własnym (1), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, jabłko deserowe 1 szt. , Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 15g*(2), rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , Herbata z cukrem 250ml*,
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Podwieczorek:</b> Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2459.32 kcal; Białko ogółem: 107.80 g; Tłuszcz: 74.39 g; Węglowodany ogółem: 349.85 g; Sól: 2.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.00 g; suma cukrów prostych: 56.45 g; Błonnik pokarmowy: 40.72 g;

wtorek 2025-08-05 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), Sałatka z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, schab duszony 80g w sosie własnym (1),	kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2735.60 kcal; Białko ogółem: 124.98 g; Tłuszcz: 61.31 g; Węglowodany ogółem: 430.23 g; Sól: 2.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.16 g; suma cukrów prostych: 104.61 g; Błonnik pokarmowy: 40.01 g;

wtorek 2025-08-05 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Herbata z cukrem 250ml*, Sałatka z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*, chleb b/glutenowy 3 kromki,	ziemniaczana b-mąki350ml,(2,8,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	chleb b/glutenowy 3 kromki, rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, szynka na kartki 50g*, pomidor 100g, Masło 15g*(2),
	<b>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9), mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2026.05 kcal; Białko ogółem: 83.11 g; Tłuszcz: 59.05 g; Węglowodany ogółem: 292.14 g; Sól: 2.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.74 g; suma cukrów prostych: 79.54 g; Błonnik pokarmowy: 26.74 g;

wtorek 2025-08-05 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , dżem 50g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Sałatka z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, schab duszony 80g w sosie własnym (1),	kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, filet pieczony z indyka 60g ,
	<b>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2039.28 kcal; Białko ogółem: 87.42 g; Tłuszcz: 41.69 g; Węglowodany ogółem: 339.33 g; Sól: 1.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.63 g; suma cukrów prostych: 74.35 g; Błonnik pokarmowy: 27.82 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-08-05		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twarożek 70g (2), Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, schab duszony 80g w sosie własnym (1),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, Herbata z cukrem 250g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2466.32 kcal; Białko ogółem: 122.59 g; Tłuszcz: 54.16 g; Węglowodany ogółem: 380.02 g; Sól: 2.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.64 g; suma cukrów prostych: 106.16 g; Błonnik pokarmowy: 32.55 g;

wtorek 2025-08-05		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Jajko sadzone 1szt*(3),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2534.92 kcal; Białko ogółem: 103.49 g; Tłuszcz: 72.83 g; Węglowodany ogółem: 368.47 g; Sól: 3.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.86 g; suma cukrów prostych: 101.24 g; Błonnik pokarmowy: 32.33 g;

wtorek 2025-08-05		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), papryka św. 100g ,
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Podwieczorek:</b> Biszkopt bez cukru 30g (1,3),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2758.75 kcal; Białko ogółem: 124.50 g; Tłuszcz: 75.89 g; Węglowodany ogółem: 402.63 g; Sól: 3.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.79 g; suma cukrów prostych: 105.95 g; Błonnik pokarmowy: 34.37 g;

wtorek 2025-08-05		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, schab duszony 80g w sosie własnym (1),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, ser żółty 60g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2943.78 kcal; Białko ogółem: 145.46 g; Tłuszcz: 102.54 g; Węglowodany ogółem: 356.03 g; Sól: 3.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.59 g; suma cukrów prostych: 82.25 g; Błonnik pokarmowy: 31.41 g;

wtorek 2025-08-05		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Zacierka na mleku 350 ml*(1,2,3), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, schab duszony 80g w sosie własnym (1),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2400.08 kcal; Białko ogółem: 108.91 g; Tłuszcz: 63.03 g; Węglowodany ogółem: 357.11 g; Sól: 2.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.27 g; suma cukrów prostych: 82.91 g; Błonnik pokarmowy: 32.55 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2025-08-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, groszkiem zielonym, pietruszką, papryką 150g* (4), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Herbata z cukrem 250ml*, ogórek konserwowy 100g*.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), Surówka z selera z rodzynkami 120g* (2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Grejfrut 1/2 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2282.23 kcal; Białko ogółem: 82.29 g; Tłuszcz: 77.38 g; Węglowodany ogółem: 327.90 g; Sól: 4.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.72 g; suma cukrów prostych: 84.24 g; Błonnik pokarmowy: 34.71 g;

<b>środa 2025-08-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Pulpet parowany 80g* (1,3), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2100.17 kcal; Białko ogółem: 73.01 g; Tłuszcz: 65.79 g; Węglowodany ogółem: 313.42 g; Sól: 4.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.77 g; suma cukrów prostych: 84.08 g; Błonnik pokarmowy: 27.99 g;

<b>środa 2025-08-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	ziemniaczana 400ml m b/soli(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Pulpet parowany 80g* (1,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1988.29 kcal; Białko ogółem: 76.37 g; Tłuszcz: 54.34 g; Węglowodany ogółem: 308.42 g; Sól: 4.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.36 g; suma cukrów prostych: 84.91 g; Błonnik pokarmowy: 29.33 g;

<b>środa 2025-08-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), mięso drobiowe gotowane 100g , marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2283.07 kcal; Białko ogółem: 90.50 g; Tłuszcz: 72.74 g; Węglowodany ogółem: 326.34 g; Sól: 2.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.67 g; suma cukrów prostych: 83.35 g; Błonnik pokarmowy: 27.55 g;

<b>środa 2025-08-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), mięso drobiowe gotowane 100g , Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2350.67 kcal; Białko ogółem: 104.46 g; Tłuszcz: 73.09 g; Węglowodany ogółem: 329.09 g; Sól: 2.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.87 g; suma cukrów prostych: 84.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.85 g;

<b>środa 2025-08-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Pulpet parowany 80g* (1,3), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2237.37 kcal; Białko ogółem: 100.73 g; Tłuszcz: 66.49 g; Węglowodany ogółem: 318.32 g; Sól: 4.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.16 g; suma cukrów prostych: 88.42 g; Błonnik pokarmowy: 27.99 g;

<b>środa 2025-08-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Herbata 250g,	ziemniaczana 400ml płynna, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g , brokuły z wody 150g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2),
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2386.59 kcal; Białko ogółem: 101.61 g; Tłuszcz: 88.65 g; Węglowodany ogółem: 304.76 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.21 g; suma cukrów prostych: 83.42 g; Błonnik pokarmowy: 28.30 g;

środa 2025-08-06 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Płynna XIII</span>		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2180.92 kcal; Białko ogółem: 81.15 g; Tłuszcz: 93.21 g; Węglowodany ogółem: 249.83 g; Sól: 1.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.58 g; suma cukrów prostych: 100.29 g; Błonnik pokarmowy: 21.16 g;

środa 2025-08-06 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</span>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 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),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2222.27 kcal; Białko ogółem: 85.82 g; Tłuszcz: 71.85 g; Węglowodany ogółem: 313.07 g; Sól: 2.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.73 g; suma cukrów prostych: 113.10 g; Błonnik pokarmowy: 26.67 g;

środa 2025-08-06 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</span>		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, groszkiem zielonym, pietruszką, papryką 150g* (4), rukola 5g, ogórek konserwowy 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Grejfrut 1/2 szt , Pulpet parowany 80g* (1,3), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rozspanka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2150.65 kcal; Białko ogółem: 85.00 g; Tłuszcz: 73.24 g; Węglowodany ogółem: 301.71 g; Sól: 4.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.02 g; suma cukrów prostych: 66.14 g; Błonnik pokarmowy: 35.96 g;

środa 2025-08-06 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</span>		
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Grejfrut 1/2 szt ,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2181.07 kcal; Białko ogółem: 78.25 g; Tłuszcz: 66.15 g; Węglowodany ogółem: 331.65 g; Sól: 3.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.38 g; suma cukrów prostych: 70.59 g; Błonnik pokarmowy: 37.36 g;

środa 2025-08-06 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</span>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rozspanka 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]: 2298.30 kcal; Białko ogółem: 85.31 g; Tłuszcz: 68.00 g; Węglowodany ogółem: 349.21 g; Sól: 4.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.58 g; suma cukrów prostych: 77.73 g; Błonnik pokarmowy: 28.89 g;

środa 2025-08-06 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</span>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g, kleik z kaszy manny 350ml(1), pomidor 100g,	Koperkowa z ziemniakami b/ml 350ml (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, filet pieczony z indyka 60g , rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1903.35 kcal; Białko ogółem: 80.73 g; Tłuszcz: 44.32 g; Węglowodany ogółem: 304.07 g; Sól: 4.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.32 g; suma cukrów prostych: 71.76 g; Błonnik pokarmowy: 34.12 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-08-06		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twaróg 70g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Pulpet parowany 80g* (1,3), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1935.47 kcal; Białko ogółem: 77.52 g; Tłuszcz: 44.46 g; Węglowodany ogółem: 315.62 g; Sól: 3.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.88 g; suma cukrów prostych: 86.04 g; Błonnik pokarmowy: 27.99 g;

środa 2025-08-06		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Salátka z tuńczykiem, groszkiem zielonym, pietruszką, papryką 150g* (4), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Risotto jarskie dieta 250g (8,11,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2582.21 kcal; Białko ogółem: 102.18 g; Tłuszcz: 78.06 g; Węglowodany ogółem: 380.55 g; Sól: 2.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.52 g; suma cukrów prostych: 91.38 g; Błonnik pokarmowy: 36.35 g;

środa 2025-08-06		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), margaryna roślinna lactima 10g , Salátka z tuńczykiem, groszkiem zielonym, pietruszką, papryką 150g* (4), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), rukola 5g, Herbata bez cukru 250g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), ogórek konserwowy 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Grejfrut 1/2 szt , Pulpet parowany 80g* (1,3), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2269.60 kcal; Białko ogółem: 98.29 g; Tłuszcz: 69.46 g; Węglowodany ogółem: 324.79 g; Sól: 4.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.93 g; suma cukrów prostych: 84.11 g; Błonnik pokarmowy: 30.75 g;

środa 2025-08-06		
Jadłospis dla diety: Mukowicydoza XVI		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Salátka z tuńczykiem, groszkiem zielonym, pietruszką, papryką 150g* (4), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), szynka konserwowa 50g (8),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Pulpet parowany 80g* (1,3), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, ser żółty 60g (2), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2611.85 kcal; Białko ogółem: 119.35 g; Tłuszcz: 96.65 g; Węglowodany ogółem: 327.58 g; Sól: 5.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.86 g; suma cukrów prostych: 89.73 g; Błonnik pokarmowy: 31.98 g;

środa 2025-08-06		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), kajzerka 50g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), Woda mineralna 500ml*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2100.17 kcal; Białko ogółem: 73.01 g; Tłuszcz: 65.79 g; Węglowodany ogółem: 313.42 g; Sól: 4.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.77 g; suma cukrów prostych: 84.08 g; Błonnik pokarmowy: 27.99 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-08-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), schab benedykta 50g, kasza manna na mleku 350g (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka św. 100g, roszonek 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka bułgarska 120g (3,11,13), Filet z kurczaka panier. 100g* (1,3,13),	paprykarz 50g(4,8), Herbata z cukrem 250ml*, ogórek zielony talarki 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2654.74 kcal; Białko ogółem: 104.88 g; Tłuszcz: 81.46 g; Węglowodany ogółem: 388.84 g; Sól: 2.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.98 g; suma cukrów prostych: 100.94 g; Błonnik pokarmowy: 30.76 g;

<b>czwartek 2025-08-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, kasza manna na mleku 350g (1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z kurczaka gotowany 80g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2464.13 kcal; Białko ogółem: 120.44 g; Tłuszcz: 62.90 g; Węglowodany ogółem: 367.08 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.72 g; suma cukrów prostych: 88.93 g; Błonnik pokarmowy: 31.54 g;

<b>czwartek 2025-08-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), Sałatka z roszoneką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z kurczaka gotowany 80g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),., rukola 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2431.72 kcal; Białko ogółem: 134.04 g; Tłuszcz: 60.40 g; Węglowodany ogółem: 350.89 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.01 g; suma cukrów prostych: 95.66 g; Błonnik pokarmowy: 30.82 g;

<b>czwartek 2025-08-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), roszonek 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2326.14 kcal; Białko ogółem: 122.79 g; Tłuszcz: 50.32 g; Węglowodany ogółem: 355.53 g; Sól: 3.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.41 g; suma cukrów prostych: 93.01 g; Błonnik pokarmowy: 28.60 g;

<b>czwartek 2025-08-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),., pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2331.56 kcal; Białko ogółem: 121.23 g; Tłuszcz: 55.21 g; Węglowodany ogółem: 346.47 g; Sól: 3.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.78 g; suma cukrów prostych: 84.41 g; Błonnik pokarmowy: 26.44 g;

<b>czwartek 2025-08-07</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), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, twarózek 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z kurczaka gotowany 80g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2601.33 kcal; Białko ogółem: 148.16 g; Tłuszcz: 63.60 g; Węglowodany ogółem: 371.98 g; Sól: 2.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.12 g; suma cukrów prostych: 93.27 g; Błonnik pokarmowy: 31.54 g;

<b>czwartek 2025-08-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grysiówka 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

**Jadłospisy dla oddziałów**

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2142.59 kcal; Białko ogółem: 114.07 g; Tłuszcz: 67.27 g; Węglowodany ogółem: 276.29 g; Sól: 1.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.39 g; suma cukrów prostych: 74.88 g; Błonnik pokarmowy: 22.67 g;

czwartek 2025-08-07 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2045.48 kcal; Białko ogółem: 90.09 g; Tłuszcz: 83.74 g; Węglowodany ogółem: 229.30 g; Sól: 1.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.19 g; suma cukrów prostych: 98.61 g; Błonnik pokarmowy: 14.51 g;

czwartek 2025-08-07 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Mus warzywno-owocowy 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2400.96 kcal; Białko ogółem: 98.73 g; Tłuszcz: 63.27 g; Węglowodany ogółem: 363.90 g; Sól: 2.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.95 g; suma cukrów prostych: 119.15 g; Błonnik pokarmowy: 26.96 g;

czwartek 2025-08-07 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g , roszonek 5g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka bułgarska 120g,(3,11,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, gruszka 1 szt., sos szpinakowy 100ml (1,2),	paprykarz 50g(4,8), Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> podplomyki b/c 2szt.15g (1),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2417.06 kcal; Białko ogółem: 117.30 g; Tłuszcz: 74.08 g; Węglowodany ogółem: 330.66 g; Sól: 2.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.57 g; suma cukrów prostych: 55.50 g; Błonnik pokarmowy: 36.27 g;

czwartek 2025-08-07 <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), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g , kasza manna na mleku 350g (1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z kap. pekińskiej 120g, Filet z kurczaka gotowany 80g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2554.90 kcal; Białko ogółem: 125.49 g; Tłuszcz: 66.61 g; Węglowodany ogółem: 378.61 g; Sól: 2.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.58 g; suma cukrów prostych: 71.76 g; Błonnik pokarmowy: 37.38 g;

czwartek 2025-08-07 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
twarożek 70g (2), Masło 20g* (2), Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki 250g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, pomidor 100g, ser żółty 60g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2126.31 kcal; Białko ogółem: 108.85 g; Tłuszcz: 61.41 g; Węglowodany ogółem: 294.79 g; Sól: 3.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.59 g; suma cukrów prostych: 87.75 g; Błonnik pokarmowy: 24.78 g;

czwartek 2025-08-07 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., schab na kartki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z kurczaka gotowany 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1903.51 kcal; Białko ogółem: 79.95 g; Tłuszcz: 20.28 g; Węglowodany ogółem: 359.25 g; Sól: 3.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 5.99 g; suma cukrów prostych: 86.63 g; Błonnik pokarmowy: 35.02 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-08-07		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, kasza manna na mleku 350g (1,2), roszponka 5g, rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z kurczaka gotowany 80g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2292.33 kcal; Białko ogółem: 120.20 g; Tłuszcz: 44.03 g; Węglowodany ogółem: 366.84 g; Sól: 2.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.43 g; suma cukrów prostych: 88.72 g; Błonnik pokarmowy: 31.54 g;

czwartek 2025-08-07		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser żółty 50g(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2620.58 kcal; Białko ogółem: 109.93 g; Tłuszcz: 82.31 g; Węglowodany ogółem: 367.68 g; Sól: 3.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.10 g; suma cukrów prostych: 90.90 g; Błonnik pokarmowy: 31.54 g;

czwartek 2025-08-07		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), kasza manna na mleku 350g (1,2), papryka św. 100g, roszponka 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka bułgarska 120g (3,11,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, gruszka 1 szt., sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 50g(4,8), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> podpiomyki b/c 2szt. 15g (1),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2502.11 kcal; Białko ogółem: 127.93 g; Tłuszcz: 67.53 g; Węglowodany ogółem: 353.51 g; Sól: 3.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.57 g; suma cukrów prostych: 70.79 g; Błonnik pokarmowy: 29.74 g;

czwartek 2025-08-07		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, twaróg 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z kurczaka gotowany 80g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2812.73 kcal; Białko ogółem: 148.30 g; Tłuszcz: 82.65 g; Węglowodany ogółem: 370.73 g; Sól: 2.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.92 g; suma cukrów prostych: 91.10 g; Błonnik pokarmowy: 31.54 g;

czwartek 2025-08-07		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), roszponka 5g, rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z kurczaka gotowany 80g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2634.73 kcal; Białko ogółem: 134.20 g; Tłuszcz: 70.75 g; Węglowodany ogółem: 373.38 g; Sól: 2.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.87 g; suma cukrów prostych: 93.65 g; Błonnik pokarmowy: 32.74 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2025-08-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Salatkę z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13),	Krupnik 350ml(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, surówka z kap. pekińskiej 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), ser żółty 60g (2), ogórek konserwowy 100g*, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2921.96 kcal; Białko ogółem: 114.64 g; Tłuszcz: 100.08 g; Węglowodany ogółem: 398.66 g; Sól: 4.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.08 g; suma cukrów prostych: 126.08 g; Błonnik pokarmowy: 31.60 g;

<b>piątek 2025-08-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), dżem 50g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2592.19 kcal; Białko ogółem: 103.69 g; Tłuszcz: 58.75 g; Węglowodany ogółem: 423.27 g; Sól: 3.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.05 g; suma cukrów prostych: 145.92 g; Błonnik pokarmowy: 30.50 g;

<b>piątek 2025-08-08</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), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), dżem 50g,	Krupnik 350ml(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki b/soli 200g m, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2566.59 kcal; Białko ogółem: 115.95 g; Tłuszcz: 59.38 g; Węglowodany ogółem: 402.10 g; Sól: 3.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.47 g; suma cukrów prostych: 148.71 g; Błonnik pokarmowy: 28.58 g;

<b>piątek 2025-08-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), brokuły z wody 120 g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2509.04 kcal; Białko ogółem: 103.79 g; Tłuszcz: 63.23 g; Węglowodany ogółem: 391.06 g; Sól: 3.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.22 g; suma cukrów prostych: 116.89 g; Błonnik pokarmowy: 28.35 g;

<b>piątek 2025-08-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), dżem 50g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), brokuły z wody 120 g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2531.01 kcal; Białko ogółem: 101.39 g; Tłuszcz: 58.85 g; Węglowodany ogółem: 409.89 g; Sól: 2.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.33 g; suma cukrów prostych: 132.31 g; Błonnik pokarmowy: 30.43 g;

<b>piątek 2025-08-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, dżem 50g,	Krupnik 350ml(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2717.79 kcal; Białko ogółem: 125.55 g; Tłuszcz: 61.50 g; Węglowodany ogółem: 426.57 g; Sól: 3.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.35 g; suma cukrów prostych: 148.34 g; Błonnik pokarmowy: 30.50 g;

<b>piątek 2025-08-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Krupnik 350ml(1,8,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 200g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,

**Jadłospisy dla oddziałów**

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1933.47 kcal; Białko ogółem: 94.70 g; Tłuszcz: 56.11 g; Węglowodany ogółem: 274.71 g; Sól: 1.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.73 g; suma cukrów prostych: 59.23 g; Błonnik pokarmowy: 24.19 g;

piątek 2025-08-08 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Krupnik 350ml(1,8,13), ziemniaki 250g, Masło 15g*(2), brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1909.40 kcal; Białko ogółem: 81.58 g; Tłuszcz: 69.27 g; Węglowodany ogółem: 239.92 g; Sól: 1.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.42 g; suma cukrów prostych: 80.83 g; Błonnik pokarmowy: 12.87 g;

piątek 2025-08-08 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2546.38 kcal; Białko ogółem: 106.93 g; Tłuszcz: 67.75 g; Węglowodany ogółem: 382.72 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.41 g; suma cukrów prostych: 122.89 g; Błonnik pokarmowy: 28.26 g;

piątek 2025-08-08 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
Kakao b/c 250 ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, surówka z kap. pekińskiej 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , Sos koperkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), ogórek konserwowy 100g*, rozspanka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2377.55 kcal; Białko ogółem: 100.33 g; Tłuszcz: 75.25 g; Węglowodany ogółem: 337.87 g; Sól: 3.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.78 g; suma cukrów prostych: 54.44 g; Błonnik pokarmowy: 34.63 g;

piątek 2025-08-08 <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), jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 30g. (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), dżem 50g.	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, surówka z kap. pekińskiej 120g, Sos koperkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2673.01 kcal; Białko ogółem: 107.00 g; Tłuszcz: 62.27 g; Węglowodany ogółem: 436.27 g; Sól: 3.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.86 g; suma cukrów prostych: 126.57 g; Błonnik pokarmowy: 39.76 g;

piątek 2025-08-08 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), dżem 50g.	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2077.78 kcal; Białko ogółem: 83.71 g; Tłuszcz: 47.03 g; Węglowodany ogółem: 341.64 g; Sól: 3.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.64 g; suma cukrów prostych: 120.91 g; Błonnik pokarmowy: 25.93 g;

piątek 2025-08-08 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., schab na kartki 50g*, jabłko deserowe 1 szt. , Kleik z kaszy manny 500ml*(1), dżem 50g.	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2279.43 kcal; Białko ogółem: 78.31 g; Tłuszcz: 23.21 g; Węglowodany ogółem: 448.74 g; Sól: 2.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 6.28 g; suma cukrów prostych: 123.73 g; Błonnik pokarmowy: 37.83 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-08-08 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), dżem 50g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2420.39 kcal; Białko ogółem: 103.45 g; Tłuszcz: 39.88 g; Węglowodany ogółem: 423.03 g; Sól: 3.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.75 g; suma cukrów prostych: 145.71 g; Błonnik pokarmowy: 30.50 g;

piątek 2025-08-08 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), dżem 50g,	Krupnik 350ml(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2253.36 kcal; Białko ogółem: 103.67 g; Tłuszcz: 53.77 g; Węglowodany ogółem: 346.95 g; Sól: 2.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.22 g; suma cukrów prostych: 130.93 g; Błonnik pokarmowy: 25.59 g;

piątek 2025-08-08 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g , Salátka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kakao bez cukru 250ml (2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, ziemniaki 200g*, surówka z kap. pekińskiej 120g, jabłko deserowe 1 szt. , Sos koperkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , ogórek konserwowy 100g*, szynka piastowska 50g(8), rozspanka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> Biszkopt bez cukru 30g (1,3),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2433.80 kcal; Białko ogółem: 109.19 g; Tłuszcz: 67.84 g; Węglowodany ogółem: 355.94 g; Sól: 4.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.47 g; suma cukrów prostych: 67.72 g; Błonnik pokarmowy: 26.70 g;

piątek 2025-08-08 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 30g. (2), dżem 50g,	Krupnik 350ml(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2997.19 kcal; Białko ogółem: 145.79 g; Tłuszcz: 72.85 g; Węglowodany ogółem: 445.07 g; Sól: 3.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.61 g; suma cukrów prostych: 166.22 g; Błonnik pokarmowy: 30.60 g;

piątek 2025-08-08 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
kakao 250ml (1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), miód 1 szt.(25g), dżem 50g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), Banan 1 szt, rozspanka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Biszkopt bez cukru 30g (1,3),	<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]: 2823.19 kcal; Białko ogółem: 116.22 g; Tłuszcz: 59.11 g; Węglowodany ogółem: 466.89 g; Sól: 2.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.19 g; suma cukrów prostych: 189.23 g; Błonnik pokarmowy: 30.70 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-08-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Porowa z ziemniakami 350 ml(1,2,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2402.21 kcal; Białko ogółem: 93.91 g; Tłuszcz: 71.02 g; Węglowodany ogółem: 351.30 g; Sól: 2.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.40 g; suma cukrów prostych: 83.85 g; Błonnik pokarmowy: 27.32 g;

<b>sobota 2025-08-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2395.39 kcal; Białko ogółem: 103.52 g; Tłuszcz: 64.50 g; Węglowodany ogółem: 360.72 g; Sól: 3.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.41 g; suma cukrów prostych: 84.79 g; Błonnik pokarmowy: 30.84 g;

<b>sobota 2025-08-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Sałata 10g, ziemniaki 200g*, Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2579.99 kcal; Białko ogółem: 116.26 g; Tłuszcz: 60.57 g; Węglowodany ogółem: 401.02 g; Sól: 2.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.02 g; suma cukrów prostych: 121.29 g; Błonnik pokarmowy: 35.66 g;

<b>sobota 2025-08-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2300.08 kcal; Białko ogółem: 116.01 g; Tłuszcz: 47.81 g; Węglowodany ogółem: 359.01 g; Sól: 4.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.73 g; suma cukrów prostych: 102.02 g; Błonnik pokarmowy: 24.93 g;

<b>sobota 2025-08-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), ziemniaki 200g*, Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog. naturalny 70g (2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2374.35 kcal; Białko ogółem: 99.77 g; Tłuszcz: 58.70 g; Węglowodany ogółem: 369.11 g; Sól: 3.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.76 g; suma cukrów prostych: 104.86 g; Błonnik pokarmowy: 25.24 g;

<b>sobota 2025-08-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
herbata 250g -, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, serek homog. naturalny 70g. (2), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g, buraczki gotowane 120g (1,2), ziemniaki 200g*, Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek wiejski 70g (2), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2601.04 kcal; Białko ogółem: 121.16 g; Tłuszcz: 75.23 g; Węglowodany ogółem: 370.41 g; Sól: 3.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.80 g; suma cukrów prostych: 93.59 g; Błonnik pokarmowy: 30.98 g;

<b>sobota 2025-08-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 250g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2478.96 kcal; Białko ogółem: 86.38 g; Tłuszcz: 63.73 g; Węglowodany ogółem: 401.19 g; Sól: 1.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.02 g; suma cukrów prostych: 107.06 g; Błonnik pokarmowy: 33.42 g;

sobota 2025-08-09 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Masło 15g*(2), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2385.08 kcal; Białko ogółem: 90.21 g; Tłuszcz: 90.98 g; Węglowodany ogółem: 299.09 g; Sól: 2.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.00 g; suma cukrów prostych: 134.13 g; Błonnik pokarmowy: 19.80 g;

sobota 2025-08-09 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kiełbasa 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),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2362.92 kcal; Białko ogółem: 94.24 g; Tłuszcz: 72.55 g; Węglowodany ogółem: 337.92 g; Sól: 3.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.44 g; suma cukrów prostych: 130.66 g; Błonnik pokarmowy: 27.82 g;

sobota 2025-08-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), jabłko deserowe 1 szt. , Gulasz drobiowy 150g* (1,13), ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), papryka św. 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, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2284.36 kcal; Białko ogółem: 90.31 g; Tłuszcz: 68.93 g; Węglowodany ogółem: 335.58 g; Sól: 2.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.55 g; suma cukrów prostych: 65.88 g; Błonnik pokarmowy: 38.11 g;

sobota 2025-08-09 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sałatka 10g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2338.28 kcal; Białko ogółem: 84.32 g; Tłuszcz: 60.31 g; Węglowodany ogółem: 376.75 g; Sól: 3.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.47 g; suma cukrów prostych: 71.58 g; Błonnik pokarmowy: 44.48 g;

sobota 2025-08-09 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , wafle ryżowe 60g(9), Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane b/mąki 120g, jabłko deserowe 1 szt. , Ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2194.48 kcal; Białko ogółem: 88.81 g; Tłuszcz: 58.73 g; Węglowodany ogółem: 331.02 g; Sól: 3.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.73 g; suma cukrów prostych: 74.92 g; Błonnik pokarmowy: 24.48 g;

sobota 2025-08-09 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane b/mleka 120g(1), ziemniaki 200g*, Filet z kurczaka gotowany 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 60g , pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2015.82 kcal; Białko ogółem: 88.56 g; Tłuszcz: 34.36 g; Węglowodany ogółem: 339.05 g; Sól: 4.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.07 g; suma cukrów prostych: 74.60 g; Błonnik pokarmowy: 31.16 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-08-09			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), ziemniaki 200g*, Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,			
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2223.59 kcal; Białko ogółem: 103.28 g; Tłuszcz: 45.62 g; Węglowodany ogółem: 360.48 g; Sól: 3.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.12 g; suma cukrów prostych: 84.58 g; Błonnik pokarmowy: 30.84 g;

sobota 2025-08-09			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Jajko sadzone 1szt*(3), ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,			
	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 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]: 2663.06 kcal; Białko ogółem: 99.70 g; Tłuszcz: 81.21 g; Węglowodany ogółem: 389.03 g; Sól: 3.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.74 g; suma cukrów prostych: 112.95 g; Błonnik pokarmowy: 32.04 g;

sobota 2025-08-09			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g , szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Gulasz drobiowy 150g* (1,13), jabłko deserowe 1 szt. , sałatka z buraków 120g (3,11,13), ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), papryka św. 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 owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2376.71 kcal; Białko ogółem: 99.83 g; Tłuszcz: 62.03 g; Węglowodany ogółem: 361.12 g; Sól: 2.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.18 g; suma cukrów prostych: 82.91 g; Błonnik pokarmowy: 31.13 g;

sobota 2025-08-09			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g -, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, serek wiejski 200g (2) 1szt., Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Gulasz drobiowy 150g* (1,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,			
	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 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]: 2945.84 kcal; Białko ogółem: 142.42 g; Tłuszcz: 92.60 g; Węglowodany ogółem: 385.51 g; Sól: 5.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.62 g; suma cukrów prostych: 102.38 g; Błonnik pokarmowy: 32.19 g;

sobota 2025-08-09			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), ziemniaki 200g*, Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony talarki 100g,			
	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 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]: 2515.79 kcal; Białko ogółem: 109.63 g; Tłuszcz: 77.29 g; Węglowodany ogółem: 355.81 g; Sól: 2.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.26 g; suma cukrów prostych: 74.10 g; Błonnik pokarmowy: 31.10 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-08-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), papryka św. 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), rozspanka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2752.36 kcal; Białko ogółem: 130.93 g; Tłuszcz: 99.50 g; Węglowodany ogółem: 343.89 g; Sól: 2.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.67 g; suma cukrów prostych: 102.92 g; Błonnik pokarmowy: 32.13 g;

<b>niedziela 2025-08-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, rozspanka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2778.86 kcal; Białko ogółem: 131.37 g; Tłuszcz: 98.36 g; Węglowodany ogółem: 349.67 g; Sól: 2.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.13 g; suma cukrów prostych: 111.83 g; Błonnik pokarmowy: 27.80 g;

<b>niedziela 2025-08-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki b/soli 200g m, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, rozspanka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2672.86 kcal; Białko ogółem: 128.97 g; Tłuszcz: 96.28 g; Węglowodany ogółem: 326.41 g; Sól: 2.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.82 g; suma cukrów prostych: 112.45 g; Błonnik pokarmowy: 25.82 g;

<b>niedziela 2025-08-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rozspanka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2552.70 kcal; Białko ogółem: 107.12 g; Tłuszcz: 87.12 g; Węglowodany ogółem: 344.07 g; Sól: 2.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.08 g; suma cukrów prostych: 108.76 g; Błonnik pokarmowy: 25.17 g;

<b>niedziela 2025-08-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, rozspanka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2602.67 kcal; Białko ogółem: 106.60 g; Tłuszcz: 87.04 g; Węglowodany ogółem: 359.36 g; Sól: 2.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.45 g; suma cukrów prostych: 96.82 g; Błonnik pokarmowy: 29.29 g;

<b>niedziela 2025-08-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, serek wiejski 70g (2), rozspanka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2962.96 kcal; Białko ogółem: 148.87 g; Tłuszcz: 109.07 g; Węglowodany ogółem: 354.08 g; Sól: 3.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.52 g; suma cukrów prostych: 115.54 g; Błonnik pokarmowy: 27.80 g;

<b>niedziela 2025-08-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,
--	--	---

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1977.45 kcal; Białko ogółem: 85.35 g; Tłuszcz: 64.82 g; Węglowodany ogółem: 276.72 g; Sól: 1.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.79 g; suma cukrów prostych: 73.15 g; Błonnik pokarmowy: 25.77 g;

niedziela 2025-08-10 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2325.58 kcal; Białko ogółem: 104.06 g; Tłuszcz: 104.60 g; Węglowodany ogółem: 239.54 g; Sól: 2.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.97 g; suma cukrów prostych: 110.44 g; Błonnik pokarmowy: 16.67 g;

niedziela 2025-08-10 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2764.26 kcal; Białko ogółem: 119.44 g; Tłuszcz: 91.94 g; Węglowodany ogółem: 370.35 g; Sól: 2.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.36 g; suma cukrów prostych: 125.57 g; Błonnik pokarmowy: 32.86 g;

niedziela 2025-08-10 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), papryka św. 100g , rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2490.09 kcal; Białko ogółem: 120.38 g; Tłuszcz: 98.33 g; Węglowodany ogółem: 288.17 g; Sól: 3.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.84 g; suma cukrów prostych: 49.53 g; Błonnik pokarmowy: 38.31 g;

niedziela 2025-08-10 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2899.61 kcal; Białko ogółem: 135.58 g; Tłuszcz: 96.69 g; Węglowodany ogółem: 383.39 g; Sól: 3.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.26 g; suma cukrów prostych: 119.17 g; Błonnik pokarmowy: 37.12 g;

niedziela 2025-08-10 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, Szpinak 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Ser żółty 50g(2), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2165.63 kcal; Białko ogółem: 100.63 g; Tłuszcz: 84.42 g; Węglowodany ogółem: 260.56 g; Sól: 3.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.14 g; suma cukrów prostych: 91.66 g; Błonnik pokarmowy: 19.41 g;

niedziela 2025-08-10 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., kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g, dżem 25g - 1 szt.,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, Szpinak 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), połędwica sopocka 50g(1,8), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2479.23 kcal; Białko ogółem: 108.91 g; Tłuszcz: 68.32 g; Węglowodany ogółem: 356.31 g; Sól: 3.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.36 g; suma cukrów prostych: 113.31 g; Błonnik pokarmowy: 24.73 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-08-10		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, rozszponka 5g
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2607.06 kcal; Białko ogółem: 131.12 g; Tłuszcz: 79.48 g; Węglowodany ogółem: 349.42 g; Sól: 2.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.84 g; suma cukrów prostych: 111.62 g; Błonnik pokarmowy: 27.80 g;

niedziela 2025-08-10		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Risotto jarskie 250g (8,11,13), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), rozszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2535.60 kcal; Białko ogółem: 78.29 g; Tłuszcz: 79.52 g; Węglowodany ogółem: 380.67 g; Sól: 2.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.45 g; suma cukrów prostych: 113.08 g; Błonnik pokarmowy: 29.08 g;

niedziela 2025-08-10		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g , rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, gruszka 1 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, margaryna roślinna lactima 10g , rozszponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2705.12 kcal; Białko ogółem: 139.04 g; Tłuszcz: 86.89 g; Węglowodany ogółem: 350.35 g; Sól: 3.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.11 g; suma cukrów prostych: 106.66 g; Błonnik pokarmowy: 33.72 g;

niedziela 2025-08-10		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, ser żółty 60g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3259.26 kcal; Białko ogółem: 160.37 g; Tłuszcz: 133.36 g; Węglowodany ogółem: 350.93 g; Sól: 3.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 57.73 g; suma cukrów prostych: 111.89 g; Błonnik pokarmowy: 27.80 g;

niedziela 2025-08-10		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), ogórek zielony talarci 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2700.47 kcal; Białko ogółem: 127.15 g; Tłuszcz: 95.11 g; Węglowodany ogółem: 341.23 g; Sól: 2.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.22 g; suma cukrów prostych: 100.10 g; Błonnik pokarmowy: 27.57 g;

Dietetyk

.....