

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-09-01</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),	Zupa minestrone 350ml (1,13), Ryż z jabłkami 350g*, sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), ogórek zielony talarki 100g, Pasztecik 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]: 2469.84 kcal; Białko ogółem: 75.16 g; Tłuszcz: 62.17 g; Węglowodany ogółem: 413.65 g; Sól: 2.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.92 g; suma cukrów prostych: 114.51 g; Błonnik pokarmowy: 32.02 g;

<b>poniedziałek 2025-09-01</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),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	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]: 2325.65 kcal; Białko ogółem: 64.00 g; Tłuszcz: 54.48 g; Węglowodany ogółem: 402.13 g; Sól: 1.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.82 g; suma cukrów prostych: 110.60 g; Błonnik pokarmowy: 25.93 g;

<b>poniedziałek 2025-09-01</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 350ml (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), sałata 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 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]: 2418.05 kcal; Białko ogółem: 77.09 g; Tłuszcz: 57.77 g; Węglowodany ogółem: 404.72 g; Sól: 1.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.77 g; suma cukrów prostych: 112.84 g; Błonnik pokarmowy: 25.93 g;

<b>poniedziałek 2025-09-01</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 350ml (1,2),	Ziemniaczana b/ml. 350ml.(1,8,13), sałata 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 2025-09-01</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 2025-09-01</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),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata 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]: 2584.35 kcal; Białko ogółem: 118.12 g; Tłuszcz: 59.56 g; Węglowodany ogółem: 402.31 g; Sól: 2.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.70 g; suma cukrów prostych: 121.43 g; Błonnik pokarmowy: 24.53 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-09-01		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 2025-09-01		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 2025-09-01		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 2025-09-01		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,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), sałata zielona 10g, arbusz 150g*, ryż brązowy 200g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	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> podplomyki 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]: 1894.92 kcal; Białko ogółem: 80.05 g; Tłuszcz: 65.74 g; Węglowodany ogółem: 255.26 g; Sól: 2.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.39 g; suma cukrów prostych: 32.57 g; Błonnik pokarmowy: 25.85 g;

poniedziałek 2025-09-01		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 350ml (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 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 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]: 2255.25 kcal; Białko ogółem: 101.37 g; Tłuszcz: 58.36 g; Węglowodany ogółem: 334.51 g; Sól: 2.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.08 g; suma cukrów prostych: 45.37 g; Błonnik pokarmowy: 27.85 g;

poniedziałek 2025-09-01		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-mąki350ml.(2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, sałata zielona 10g, ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	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 2025-09-01		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 2025-09-01			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,		Koperkowa z ziemniakami 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]: 2153.85 kcal; Białko ogółem: 63.76 g; Tłuszcz: 35.60 g; Węglowodany ogółem: 401.89 g; Sól: 1.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.52 g; suma cukrów prostych: 110.39 g; Błonnik pokarmowy: 25.93 g;

poniedziałek 2025-09-01			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),		Koperkowa z ziemniakami 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]: 2568.55 kcal; Białko ogółem: 88.85 g; Tłuszcz: 60.71 g; Węglowodany ogółem: 424.01 g; Sól: 1.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.53 g; suma cukrów prostych: 131.85 g; Błonnik pokarmowy: 25.93 g;

poniedziałek 2025-09-01			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 pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), kasza manna na mleku 350g (1,2),		Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, arbuż 150g*, Ryż z jabłkami 350g.*,		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]: 2036.00 kcal; Białko ogółem: 67.89 g; Tłuszcz: 44.63 g; Węglowodany ogółem: 346.69 g; Sól: 1.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.50 g; suma cukrów prostych: 67.17 g; Błonnik pokarmowy: 20.73 g;

poniedziałek 2025-09-01			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 350ml (1,2), ser żółty 60g (2),		Koperkowa z ziemniakami 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 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]: 2943.45 kcal; Białko ogółem: 120.59 g; Tłuszcz: 96.27 g; Węglowodany ogółem: 393.48 g; Sól: 2.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.41 g; suma cukrów prostych: 106.90 g; Błonnik pokarmowy: 23.23 g;

poniedziałek 2025-09-01			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),		Koperkowa z ziemniakami 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]: 2422.65 kcal; Białko ogółem: 77.10 g; Tłuszcz: 57.18 g; Węglowodany ogółem: 407.23 g; Sól: 1.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.46 g; suma cukrów prostych: 118.00 g; Błonnik pokarmowy: 25.63 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2025-09-02</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), Ryż na ml, jajo, masło 350ml, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Sałatka z białej rzodkwi z rozspzonką i czarnuszką 100g*	Pomidorowa z makaronem muszelka 350ml. (1,2,3,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), 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>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2993.80 kcal; Białko ogółem: 124.17 g; Tłuszcz: 101.38 g; Węglowodany ogółem: 393.33 g; Sól: 2.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.01 g; suma cukrów prostych: 129.23 g; Błonnik pokarmowy: 32.74 g;

<b>wtorek 2025-09-02</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)*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml, Sałatka z białej rzodkwi z rozspzonką i czarnuszką 100g*	Pomidorowa z makaronem muszelka 350ml. (1,2,3,8,13), 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>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2855.60 kcal; Białko ogółem: 124.73 g; Tłuszcz: 90.56 g; Węglowodany ogółem: 386.10 g; Sól: 2.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.82 g; suma cukrów prostych: 123.11 g; Błonnik pokarmowy: 30.96 g;

<b>wtorek 2025-09-02</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), Ryż na ml, jajo, masło 350ml, Sałatka z białej rzodkwi z rozspzonką i czarnuszką 100g*	Pomidorowa z makaronem muszelka 350ml. (1,2,3,8,13), 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>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2865.16 kcal; Białko ogółem: 130.45 g; Tłuszcz: 88.43 g; Węglowodany ogółem: 387.50 g; Sól: 2.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.87 g; suma cukrów prostych: 124.83 g; Błonnik pokarmowy: 30.96 g;

<b>wtorek 2025-09-02</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), Ryż na ml, jajo, masło 350ml, pomidor 100g, rozspzonka 5g	Pomidorowa z makaronem muszelka 350ml. (1,2,3,8,13), 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>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2670.40 kcal; Białko ogółem: 126.24 g; Tłuszcz: 88.42 g; Węglowodany ogółem: 343.82 g; Sól: 2.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.83 g; suma cukrów prostych: 124.58 g; Błonnik pokarmowy: 27.97 g;

<b>wtorek 2025-09-02</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), Ryż na ml, jajo, masło 350ml, Sałatka z białej rzodkwi z rozspzonką i czarnuszką 100g*	Pomidorowa z makaronem muszelka 350ml. (1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), 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>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2667.06 kcal; Białko ogółem: 124.54 g; Tłuszcz: 80.53 g; Węglowodany ogółem: 362.56 g; Sól: 2.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.52 g; suma cukrów prostych: 104.77 g; Błonnik pokarmowy: 33.08 g;

<b>wtorek 2025-09-02</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)*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml, Sałatka z białej rzodkwi z rozspzonką i czarnuszką 100g*	Pomidorowa z makaronem muszelka 350ml. (1,2,3,8,13), 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>Podwieczorek:</b> arbuz 150g*	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2764.96 kcal; Białko ogółem: 130.63 g; Tłuszcz: 86.23 g; Węglowodany ogółem: 367.10 g; Sól: 2.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.23 g; suma cukrów prostych: 103.83 g; Błonnik pokarmowy: 30.96 g;

<b>wtorek 2025-09-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

kawa z mlekiem 250g (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Pomidorowa z makaronem muszelka 350ml. (1,2,3,8,13), 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*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2511.28 kcal; Białko ogółem: 117.49 g; Tłuszcz: 79.38 g; Węglowodany ogółem: 336.87 g; Sól: 3.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.38 g; suma cukrów prostych: 124.23 g; Błonnik pokarmowy: 30.85 g;

wtorek 2025-09-02 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Pomidorowa z makaronem muszelka 350ml. (1,2,3,8,13), 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]: 2364.70 kcal; Białko ogółem: 94.98 g; Tłuszcz: 93.04 g; Węglowodany ogółem: 281.44 g; Sól: 2.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.42 g; suma cukrów prostych: 146.68 g; Błonnik pokarmowy: 20.86 g;

wtorek 2025-09-02 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), Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Pomidorowa z makaronem muszelka 350ml. (1,2,3,8,13), 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]: 2837.15 kcal; Białko ogółem: 124.30 g; Tłuszcz: 91.57 g; Węglowodany ogółem: 374.96 g; Sól: 2.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.44 g; suma cukrów prostych: 129.95 g; Błonnik pokarmowy: 30.36 g;

wtorek 2025-09-02 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), Salatką z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Pomidorowa z makaronem muszelka 350ml. (1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g*, schab duszony 80g w sosie własnym (1), surówka meksykańska 120g (3,11,13), 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> Biskopki 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]: 2374.48 kcal; Białko ogółem: 106.95 g; Tłuszcz: 72.92 g; Węglowodany ogółem: 332.18 g; Sól: 2.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.97 g; suma cukrów prostych: 61.67 g; Błonnik pokarmowy: 39.60 g;

wtorek 2025-09-02 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)*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Salatką z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Pomidorowa z makaronem muszelka 350ml. (1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), 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]: 3033.01 kcal; Białko ogółem: 132.44 g; Tłuszcz: 82.22 g; Węglowodany ogółem: 442.84 g; Sól: 2.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.78 g; suma cukrów prostych: 127.30 g; Błonnik pokarmowy: 38.47 g;

wtorek 2025-09-02 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*, Salatką z białej rzodkwi z rozszponką 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 2025-09-02 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), Salatką z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Pomidorowa z makaronem muszelka 350ml. (1,2,3,8,13), 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]: 1973.26 kcal; Białko ogółem: 86.97 g; Tłuszcz: 42.15 g; Węglowodany ogółem: 321.59 g; Sól: 1.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.73 g; suma cukrów prostych: 80.63 g; Błonnik pokarmowy: 26.66 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-09-02			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), Ryż na ml, jajo, masło 350ml, Salátka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*,	Pomidorowa z makaronem muszelka 350ml. (1,2,3,8,13), 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]: 2782.55 kcal; Białko ogółem: 130.45 g; Tłuszcz: 77.01 g; Węglowodany ogółem: 392.55 g; Sól: 2.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.40 g; suma cukrów prostych: 129.90 g; Błonnik pokarmowy: 30.96 g;

wtorek 2025-09-02			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), Ryż na ml, jajo, masło 350ml, Salátka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*,	Pomidorowa z makaronem muszelka 350ml. (1,2,3,8,13), 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]: 2851.15 kcal; Białko ogółem: 111.35 g; Tłuszcz: 95.68 g; Węglowodany ogółem: 381.00 g; Sól: 3.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.63 g; suma cukrów prostych: 124.98 g; Błonnik pokarmowy: 30.74 g;

wtorek 2025-09-02			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), Ryż na ml, jajo, masło 350ml, Salátka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*,	Pomidorowa z makaronem muszelka 350ml. (1,2,3,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), 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]: 3056.16 kcal; Białko ogółem: 131.96 g; Tłuszcz: 96.80 g; Węglowodany ogółem: 415.24 g; Sól: 3.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.42 g; suma cukrów prostych: 128.64 g; Błonnik pokarmowy: 32.83 g;

wtorek 2025-09-02			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), Ryż na ml, jajo, masło 350ml, Salátka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*,	Pomidorowa z makaronem muszelka 350ml. (1,2,3,8,13), 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]: 3260.01 kcal; Białko ogółem: 153.32 g; Tłuszcz: 125.39 g; Węglowodany ogółem: 368.56 g; Sól: 3.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 61.36 g; suma cukrów prostych: 105.99 g; Błonnik pokarmowy: 29.82 g;

wtorek 2025-09-02			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)*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml, Salátka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*,	Pomidorowa z makaronem muszelka 350ml. (1,2,3,8,13), 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]: 2716.31 kcal; Białko ogółem: 116.77 g; Tłuszcz: 85.88 g; Węglowodany ogółem: 369.64 g; Sól: 2.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.03 g; suma cukrów prostych: 106.65 g; Błonnik pokarmowy: 30.96 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2025-09-03</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*.	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pieczarkowy 100 ml (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]: 2150.23 kcal; Białko ogółem: 82.06 g; Tłuszcz: 71.76 g; Węglowodany ogółem: 306.02 g; Sól: 4.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.11 g; suma cukrów prostych: 79.61 g; Błonnik pokarmowy: 29.15 g;

<b>środa 2025-09-03</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.	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (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]: 2028.60 kcal; Białko ogółem: 74.10 g; Tłuszcz: 63.70 g; Węglowodany ogółem: 298.75 g; Sól: 3.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.12 g; suma cukrów prostych: 80.89 g; Błonnik pokarmowy: 25.24 g;

<b>środa 2025-09-03</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*, brokuły z wody 120 g, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 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]: 1956.52 kcal; Białko ogółem: 78.21 g; Tłuszcz: 52.28 g; Węglowodany ogółem: 302.51 g; Sól: 3.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.74 g; suma cukrów prostych: 82.02 g; Błonnik pokarmowy: 28.19 g;

<b>środa 2025-09-03</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 , brokuły z wody 120 g, 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]: 2251.30 kcal; Białko ogółem: 92.35 g; Tłuszcz: 70.68 g; Węglowodany ogółem: 320.43 g; Sól: 2.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.05 g; suma cukrów prostych: 80.45 g; Błonnik pokarmowy: 26.40 g;

<b>środa 2025-09-03</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*, brokuły z wody 120 g, 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]: 2318.90 kcal; Białko ogółem: 106.31 g; Tłuszcz: 71.03 g; Węglowodany ogółem: 323.18 g; Sól: 2.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.25 g; suma cukrów prostych: 81.62 g; Błonnik pokarmowy: 27.70 g;

<b>środa 2025-09-03</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),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (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]: 2165.80 kcal; Białko ogółem: 101.82 g; Tłuszcz: 64.40 g; Węglowodany ogółem: 303.65 g; Sól: 3.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.51 g; suma cukrów prostych: 85.23 g; Błonnik pokarmowy: 25.24 g;

<b>środa 2025-09-03</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 2025-09-03 <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*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2149.15 kcal; Białko ogółem: 83.00 g; Tłuszcz: 91.15 g; Węglowodany ogółem: 243.92 g; Sól: 1.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.96 g; suma cukrów prostych: 97.39 g; Błonnik pokarmowy: 20.01 g;

środa 2025-09-03 <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), brokuły z wody 120 g, 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]: 2190.50 kcal; Białko ogółem: 87.67 g; Tłuszcz: 69.80 g; Węglowodany ogółem: 307.16 g; Sól: 2.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.11 g; suma cukrów prostych: 110.20 g; Błonnik pokarmowy: 25.52 g;

środa 2025-09-03 <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*,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Grejfrut 1/2 szt , Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (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, rozszponka 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]: 2079.08 kcal; Białko ogółem: 86.10 g; Tłuszcz: 71.15 g; Węglowodany ogółem: 287.05 g; Sól: 4.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.38 g; suma cukrów prostych: 62.94 g; Błonnik pokarmowy: 33.20 g;

środa 2025-09-03 <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),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (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 100g, rozszponka 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]: 2109.50 kcal; Białko ogółem: 79.34 g; Tłuszcz: 64.06 g; Węglowodany ogółem: 316.98 g; Sól: 3.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.73 g; suma cukrów prostych: 67.40 g; Błonnik pokarmowy: 34.61 g;

środa 2025-09-03 <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 homogenizowany 70g. (2), rozszponka 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 2025-09-03 <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 , rozszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 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 2025-09-03 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., twarógzek 70g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (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]: 1863.90 kcal; Białko ogółem: 78.62 g; Tłuszcz: 42.37 g; Węglowodany ogółem: 300.96 g; Sól: 2.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.23 g; suma cukrów prostych: 82.85 g; Błonnik pokarmowy: 25.24 g;

środa 2025-09-03 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),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Risotto jarskie dieta 250g (8,11,13), brokuły z wody 120 g, 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]: 2510.64 kcal; Białko ogółem: 103.28 g; Tłuszcz: 75.97 g; Węglowodany ogółem: 365.89 g; Sól: 2.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.87 g; suma cukrów prostych: 88.18 g; Błonnik pokarmowy: 33.59 g;

środa 2025-09-03 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*,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Grejfrut 1/2 szt , Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (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]: 2198.03 kcal; Białko ogółem: 99.39 g; Tłuszcz: 67.37 g; Węglowodany ogółem: 310.13 g; Sól: 4.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.29 g; suma cukrów prostych: 80.92 g; Błonnik pokarmowy: 27.99 g;

środa 2025-09-03 Jadłospis dla diety: Mukowicydoza XVI		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarógzek 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),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3),	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 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]: 2454.40 kcal; Białko ogółem: 118.20 g; Tłuszcz: 89.52 g; Węglowodany ogółem: 304.62 g; Sól: 5.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.11 g; suma cukrów prostych: 82.64 g; Błonnik pokarmowy: 28.41 g;

środa 2025-09-03 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),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3),	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]: 1942.72 kcal; Białko ogółem: 71.85 g; Tłuszcz: 58.65 g; Węglowodany ogółem: 290.46 g; Sól: 3.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.02 g; suma cukrów prostych: 77.00 g; Błonnik pokarmowy: 24.43 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-09-04</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, Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka św. 100g, roszponka 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z buraków 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>Podwieczerek:</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]: 2607.59 kcal; Białko ogółem: 103.03 g; Tłuszcz: 77.24 g; Węglowodany ogółem: 385.97 g; Sól: 2.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.76 g; suma cukrów prostych: 103.96 g; Błonnik pokarmowy: 29.91 g;

<b>czwartek 2025-09-04</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)*, Ryż na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2433.66 kcal; Białko ogółem: 119.04 g; Tłuszcz: 60.82 g; Węglowodany ogółem: 361.52 g; Sól: 2.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.72 g; suma cukrów prostych: 91.13 g; Błonnik pokarmowy: 27.26 g;

<b>czwartek 2025-09-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2401.26 kcal; Białko ogółem: 132.64 g; Tłuszcz: 58.32 g; Węglowodany ogółem: 345.33 g; Sól: 2.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.00 g; suma cukrów prostych: 97.86 g; Błonnik pokarmowy: 26.54 g;

<b>czwartek 2025-09-04</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), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> 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]: 2352.72 kcal; Białko ogółem: 122.94 g; Tłuszcz: 51.81 g; Węglowodany ogółem: 355.71 g; Sól: 3.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.54 g; suma cukrów prostych: 95.93 g; Błonnik pokarmowy: 24.00 g;

<b>czwartek 2025-09-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> 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]: 2336.88 kcal; Białko ogółem: 120.83 g; Tłuszcz: 55.75 g; Węglowodany ogółem: 346.22 g; Sól: 3.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.56 g; suma cukrów prostych: 84.76 g; Błonnik pokarmowy: 26.06 g;

<b>czwartek 2025-09-04</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), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, twaróg 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2570.86 kcal; Białko ogółem: 146.76 g; Tłuszcz: 61.52 g; Węglowodany ogółem: 366.42 g; Sól: 2.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.11 g; suma cukrów prostych: 95.47 g; Błonnik pokarmowy: 27.26 g;

<b>czwartek 2025-09-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż 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*, Gryskowa 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]: 2283.94 kcal; Białko ogółem: 113.34 g; Tłuszcz: 70.16 g; Węglowodany ogółem: 304.86 g; Sól: 1.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.51 g; suma cukrów prostych: 87.45 g; Błonnik pokarmowy: 22.41 g;

czwartek 2025-09-04 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Płynna XIII</span>		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroz. 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]: 2186.83 kcal; Białko ogółem: 89.35 g; Tłuszcz: 86.63 g; Węglowodany ogółem: 257.87 g; Sól: 1.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.30 g; suma cukrów prostych: 111.18 g; Błonnik pokarmowy: 14.25 g;

czwartek 2025-09-04 <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), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroz. 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: 98.19 g; Tłuszcz: 62.94 g; Węglowodany ogółem: 364.35 g; Sól: 2.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.91 g; suma cukrów prostych: 119.15 g; Błonnik pokarmowy: 26.45 g;

czwartek 2025-09-04 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</span>		
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 ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, gruszka 1 szt., Sos koperkowy 100g (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]: 2375.23 kcal; Białko ogółem: 116.13 g; Tłuszcz: 71.07 g; Węglowodany ogółem: 326.64 g; Sól: 2.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.21 g; suma cukrów prostych: 58.86 g; Błonnik pokarmowy: 36.07 g;

czwartek 2025-09-04 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</span>		
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 , Ryż na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, surówka z kap. pekińskiej 120g, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2503.17 kcal; Białko ogółem: 123.52 g; Tłuszcz: 63.58 g; Węglowodany ogółem: 372.62 g; Sól: 2.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.24 g; suma cukrów prostych: 71.39 g; Błonnik pokarmowy: 37.33 g;

czwartek 2025-09-04 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</span>		
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, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroz. 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]: 2147.57 kcal; Białko ogółem: 109.40 g; Tłuszcz: 62.36 g; Węglowodany ogółem: 295.22 g; Sól: 3.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.93 g; suma cukrów prostych: 90.32 g; Błonnik pokarmowy: 20.56 g;

czwartek 2025-09-04 <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 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 mroz. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), 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]: 1924.77 kcal; Białko ogółem: 80.50 g; Tłuszcz: 21.23 g; Węglowodany ogółem: 359.68 g; Sól: 3.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 6.33 g; suma cukrów prostych: 89.20 g; Błonnik pokarmowy: 30.80 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-09-04		
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)*, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g, rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2261.86 kcal; Białko ogółem: 118.79 g; Tłuszcz: 41.94 g; Węglowodany ogółem: 361.28 g; Sól: 2.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.42 g; suma cukrów prostych: 90.92 g; Błonnik pokarmowy: 27.26 g;

czwartek 2025-09-04		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Sos koperkowy 100g (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,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2590.11 kcal; Białko ogółem: 108.53 g; Tłuszcz: 80.23 g; Węglowodany ogółem: 362.12 g; Sól: 3.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.10 g; suma cukrów prostych: 93.10 g; Błonnik pokarmowy: 27.26 g;

czwartek 2025-09-04		
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), Ryż na mleku 350 ml*(2), papryka św. 100g, roszonek 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, gruszka 1 szt., Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 50g(4,8), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt. 15g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2460.28 kcal; Białko ogółem: 126.22 g; Tłuszcz: 64.19 g; Węglowodany ogółem: 349.94 g; Sól: 3.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.17 g; suma cukrów prostych: 74.15 g; Błonnik pokarmowy: 29.03 g;

czwartek 2025-09-04		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, twarożek 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2782.26 kcal; Białko ogółem: 146.90 g; Tłuszcz: 80.57 g; Węglowodany ogółem: 365.17 g; Sól: 2.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.91 g; suma cukrów prostych: 93.30 g; Błonnik pokarmowy: 27.26 g;

czwartek 2025-09-04		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g, rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2604.26 kcal; Białko ogółem: 132.80 g; Tłuszcz: 68.67 g; Węglowodany ogółem: 367.82 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.86 g; suma cukrów prostych: 95.85 g; Błonnik pokarmowy: 28.46 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2025-09-05</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), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), 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*, roszonek 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]: 2968.34 kcal; Białko ogółem: 116.79 g; Tłuszcz: 104.05 g; Węglowodany ogółem: 400.24 g; Sól: 4.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.27 g; suma cukrów prostych: 126.98 g; Błonnik pokarmowy: 32.56 g;

<b>piątek 2025-09-05</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. , kasza manna na mleku 350g (1,2), dżem 50g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 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]: 2677.47 kcal; Białko ogółem: 105.04 g; Tłuszcz: 63.73 g; Węglowodany ogółem: 435.56 g; Sól: 3.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.49 g; suma cukrów prostych: 152.43 g; Błonnik pokarmowy: 36.16 g;

<b>piątek 2025-09-05</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. , kasza manna na mleku 350ml (1,2), dżem 50g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), ziemniaki b/soli 200g m, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 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]: 2651.87 kcal; Białko ogółem: 117.30 g; Tłuszcz: 64.36 g; Węglowodany ogółem: 414.39 g; Sól: 3.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.91 g; suma cukrów prostych: 155.22 g; Błonnik pokarmowy: 34.24 g;

<b>piątek 2025-09-05</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 krajanka 30g. (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), roszonek 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, roszonek 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]: 2547.94 kcal; Białko ogółem: 103.53 g; Tłuszcz: 64.57 g; Węglowodany ogółem: 401.32 g; Sól: 3.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.52 g; suma cukrów prostych: 122.50 g; Błonnik pokarmowy: 33.56 g;

<b>piątek 2025-09-05</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. , kasza manna na mleku 350g (1,2), dżem 50g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 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]: 2569.91 kcal; Białko ogółem: 101.13 g; Tłuszcz: 60.19 g; Węglowodany ogółem: 420.15 g; Sól: 3.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.62 g; suma cukrów prostych: 137.92 g; Błonnik pokarmowy: 35.64 g;

<b>piątek 2025-09-05</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. , kasza manna na mleku 350g (1,2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, dżem 50g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), roszonek 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]: 2803.07 kcal; Białko ogółem: 126.90 g; Tłuszcz: 66.48 g; Węglowodany ogółem: 438.86 g; Sól: 3.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.79 g; suma cukrów prostych: 154.85 g; Błonnik pokarmowy: 36.16 g;

<b>piątek 2025-09-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2009.05 kcal; Białko ogółem: 95.89 g; Tłuszcz: 60.19 g; Węglowodany ogółem: 286.71 g; Sól: 1.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.93 g; suma cukrów prostych: 65.71 g; Błonnik pokarmowy: 29.76 g;

piątek 2025-09-05 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), 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]: 1955.78 kcal; Białko ogółem: 83.72 g; Tłuszcz: 73.24 g; Węglowodany ogółem: 241.50 g; Sól: 1.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.61 g; suma cukrów prostych: 81.73 g; Błonnik pokarmowy: 13.83 g;

piątek 2025-09-05 <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*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 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]: 2592.76 kcal; Białko ogółem: 109.08 g; Tłuszcz: 71.72 g; Węglowodany ogółem: 384.30 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.60 g; suma cukrów prostych: 123.80 g; Błonnik pokarmowy: 29.22 g;

piątek 2025-09-05 <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*,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, surówka z kap. pekińskiej 120g, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), ogórek konserwowy 100g*, rozspanka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> Biskopki 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]: 2433.63 kcal; Białko ogółem: 102.10 g; Tłuszcz: 79.78 g; Węglowodany ogółem: 340.19 g; Sól: 3.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.17 g; suma cukrów prostych: 55.37 g; Błonnik pokarmowy: 35.17 g;

piątek 2025-09-05 <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), kasza manna na mleku 350ml (1,2), dżem 50g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, surówka z kap. pekińskiej 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 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]: 2729.09 kcal; Białko ogółem: 109.31 g; Tłuszcz: 67.14 g; Węglowodany ogółem: 438.14 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.29 g; suma cukrów prostych: 127.51 g; Błonnik pokarmowy: 40.81 g;

piątek 2025-09-05 <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. , kasza manna na mleku 350g (1,2), dżem 50g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 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]: 2152.58 kcal; Białko ogółem: 84.32 g; Tłuszcz: 55.61 g; Węglowodany ogółem: 341.26 g; Sól: 2.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.15 g; suma cukrów prostych: 120.97 g; Błonnik pokarmowy: 26.44 g;

piątek 2025-09-05 <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 mroz. 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 2025-09-05		
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. , kasza manna na mleku 350g (1,2), dżem 50g.	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pietruszkowy 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, roszponka 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]: 2505.67 kcal; Białko ogółem: 104.80 g; Tłuszcz: 44.86 g; Węglowodany ogółem: 435.32 g; Sól: 3.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.20 g; suma cukrów prostych: 152.22 g; Błonnik pokarmowy: 36.16 g;

piątek 2025-09-05		
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. , kasza manna na mleku 350g (1,2), dżem 50g.	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 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]: 2338.64 kcal; Białko ogółem: 105.02 g; Tłuszcz: 58.75 g; Węglowodany ogółem: 359.24 g; Sól: 3.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.67 g; suma cukrów prostych: 137.44 g; Błonnik pokarmowy: 31.25 g;

piątek 2025-09-05		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g , Sałatka 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), kasza manna na mleku 350g (1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), 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 pietruszkowy 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), roszponka 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 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2489.88 kcal; Białko ogółem: 111.50 g; Tłuszcz: 72.70 g; Węglowodany ogółem: 357.81 g; Sól: 4.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.90 g; suma cukrów prostych: 68.66 g; Błonnik pokarmowy: 27.75 g;

piątek 2025-09-05		
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), kasza manna na mleku 350ml (1,2), twaróg krajanka 30g. (2), dżem 50g.	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, szynka piastowska 50g(8), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszponka 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]: 3082.47 kcal; Białko ogółem: 147.14 g; Tłuszcz: 77.83 g; Węglowodany ogółem: 457.36 g; Sól: 3.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.05 g; suma cukrów prostych: 172.73 g; Błonnik pokarmowy: 36.26 g;

piątek 2025-09-05		
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. , kasza manna na mleku 350g (1,2), miód 1 szt.(25g), dżem 50g.	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Banan 1 szt, roszponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Biszkopty 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]: 2908.47 kcal; Białko ogółem: 117.57 g; Tłuszcz: 64.09 g; Węglowodany ogółem: 479.18 g; Sól: 3.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.63 g; suma cukrów prostych: 195.75 g; Błonnik pokarmowy: 36.36 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-09-06</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),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z ogórka kisz. 120g(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>Podwieczerek:</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]: 2347.91 kcal; Białko ogółem: 92.12 g; Tłuszcz: 70.06 g; Węglowodany ogółem: 340.70 g; Sól: 3.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.88 g; suma cukrów prostych: 79.90 g; Błonnik pokarmowy: 25.44 g;

<b>sobota 2025-09-06</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), rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(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>Podwieczerek:</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]: 2337.09 kcal; Białko ogółem: 103.13 g; Tłuszcz: 64.64 g; Węglowodany ogółem: 344.68 g; Sól: 2.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.12 g; suma cukrów prostych: 79.59 g; Błonnik pokarmowy: 27.87 g;

<b>sobota 2025-09-06</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 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(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>Podwieczerek:</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]: 2521.69 kcal; Białko ogółem: 115.87 g; Tłuszcz: 60.71 g; Węglowodany ogółem: 384.98 g; Sól: 2.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.73 g; suma cukrów prostych: 116.09 g; Błonnik pokarmowy: 32.69 g;

<b>sobota 2025-09-06</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>Podwieczerek:</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 2025-09-06</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*, Szpinak gotowany 120g(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>Podwieczerek:</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]: 2334.86 kcal; Białko ogółem: 99.76 g; Tłuszcz: 59.90 g; Węglowodany ogółem: 356.19 g; Sól: 3.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.02 g; suma cukrów prostych: 95.17 g; Błonnik pokarmowy: 24.41 g;

<b>sobota 2025-09-06</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),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g, Szpinak gotowany 120g(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>Podwieczerek:</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]: 2542.74 kcal; Białko ogółem: 120.77 g; Tłuszcz: 75.37 g; Węglowodany ogółem: 354.37 g; Sól: 3.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.51 g; suma cukrów prostych: 88.39 g; Błonnik pokarmowy: 28.01 g;

<b>sobota 2025-09-06</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*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(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]: 2420.66 kcal; Białko ogółem: 85.99 g; Tłuszcz: 63.87 g; Węglowodany ogółem: 385.14 g; Sól: 1.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.73 g; suma cukrów prostych: 101.86 g; Błonnik pokarmowy: 30.45 g;

sobota 2025-09-06 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(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]: 2326.78 kcal; Białko ogółem: 89.82 g; Tłuszcz: 91.12 g; Węglowodany ogółem: 283.05 g; Sól: 2.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.71 g; suma cukrów prostych: 128.93 g; Błonnik pokarmowy: 16.83 g;

sobota 2025-09-06 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*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2344.11 kcal; Białko ogółem: 93.86 g; Tłuszcz: 71.49 g; Węglowodany ogółem: 334.79 g; Sól: 3.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.89 g; suma cukrów prostych: 135.16 g; Błonnik pokarmowy: 25.67 g;

sobota 2025-09-06 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, roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z ogórka kisz.120g(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]: 2226.46 kcal; Białko ogółem: 88.72 g; Tłuszcz: 67.94 g; Węglowodany ogółem: 323.01 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.03 g; suma cukrów prostych: 61.86 g; Błonnik pokarmowy: 34.42 g;

sobota 2025-09-06 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 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sałata 10g, surówka z ogórka kisz.120g(11,13), ziemniaki 200g*, Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> 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]: 2457.26 kcal; Białko ogółem: 107.11 g; Tłuszcz: 65.87 g; Węglowodany ogółem: 369.29 g; Sól: 4.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.30 g; suma cukrów prostych: 67.60 g; Błonnik pokarmowy: 40.94 g;

sobota 2025-09-06 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g , wafle ryżowe 60g(9), Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml,(2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Szpinak gotowany 120g(2), jabłko deserowe 1 szt. , Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	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]: 2157.12 kcal; Białko ogółem: 88.94 g; Tłuszcz: 59.97 g; Węglowodany ogółem: 318.34 g; Sól: 2.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.99 g; suma cukrów prostych: 63.55 g; Błonnik pokarmowy: 23.51 g;

sobota 2025-09-06 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), 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 60g(9), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2214.08 kcal; Białko ogółem: 92.99 g; Tłuszcz: 38.81 g; Węglowodany ogółem: 372.82 g; Sól: 3.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.70 g; suma cukrów prostych: 63.52 g; Błonnik pokarmowy: 31.70 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-09-06			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., szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(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]: 2165.29 kcal; Białko ogółem: 102.89 g; Tłuszcz: 45.76 g; Węglowodany ogółem: 344.43 g; Sól: 2.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.83 g; suma cukrów prostych: 79.38 g; Błonnik pokarmowy: 27.87 g;

sobota 2025-09-06			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),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(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]: 2604.76 kcal; Białko ogółem: 99.31 g; Tłuszcz: 81.34 g; Węglowodany ogółem: 372.99 g; Sól: 3.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.45 g; suma cukrów prostych: 107.75 g; Błonnik pokarmowy: 29.06 g;

sobota 2025-09-06			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),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Gulasz drobiowy 150g* (1,13), jabłko deserowe 1 szt. , surówka z ogórka kisz. 120g(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]: 2318.81 kcal; Białko ogółem: 98.24 g; Tłuszcz: 61.04 g; Węglowodany ogółem: 348.55 g; Sól: 3.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.66 g; suma cukrów prostych: 78.90 g; Błonnik pokarmowy: 27.44 g;

sobota 2025-09-06			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 100g, serek wiejski 200g (2) 1szt., Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Szpinak gotowany 120g(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]: 2887.54 kcal; Białko ogółem: 142.03 g; Tłuszcz: 92.74 g; Węglowodany ogółem: 369.47 g; Sól: 5.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.33 g; suma cukrów prostych: 97.18 g; Błonnik pokarmowy: 29.22 g;

sobota 2025-09-06			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),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Szpinak gotowany 120g(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]: 2457.49 kcal; Białko ogółem: 109.24 g; Tłuszcz: 77.43 g; Węglowodany ogółem: 339.77 g; Sól: 2.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.97 g; suma cukrów prostych: 68.90 g; Błonnik pokarmowy: 28.12 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-09-07</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 2025-09-07</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*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), 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]: 2799.66 kcal; Białko ogółem: 129.94 g; Tłuszcz: 98.16 g; Węglowodany ogółem: 357.65 g; Sól: 3.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.14 g; suma cukrów prostych: 116.27 g; Błonnik pokarmowy: 29.38 g;

<b>niedziela 2025-09-07</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, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), 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]: 2693.66 kcal; Białko ogółem: 127.54 g; Tłuszcz: 96.08 g; Węglowodany ogółem: 334.39 g; Sól: 2.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.83 g; suma cukrów prostych: 116.89 g; Błonnik pokarmowy: 27.40 g;

<b>niedziela 2025-09-07</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*, 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), 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]: 2573.50 kcal; Białko ogółem: 105.69 g; Tłuszcz: 86.92 g; Węglowodany ogółem: 352.05 g; Sól: 2.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.09 g; suma cukrów prostych: 113.20 g; Błonnik pokarmowy: 26.76 g;

<b>niedziela 2025-09-07</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*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), 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]: 2623.47 kcal; Białko ogółem: 105.18 g; Tłuszcz: 86.85 g; Węglowodany ogółem: 367.34 g; Sól: 2.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.46 g; suma cukrów prostych: 101.26 g; Błonnik pokarmowy: 30.88 g;

<b>niedziela 2025-09-07</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*, marchew gotowana 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), 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]: 2983.76 kcal; Białko ogółem: 147.44 g; Tłuszcz: 108.87 g; Węglowodany ogółem: 362.06 g; Sól: 3.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.52 g; suma cukrów prostych: 119.98 g; Błonnik pokarmowy: 29.38 g;

<b>niedziela 2025-09-07</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 2025-09-07 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
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 2025-09-07 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), 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 2025-09-07 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), 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 bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, roszponka 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 2025-09-07 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), 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)*, roszponka 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 2025-09-07 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane b/mąki 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Ser żółty 50g(2), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2451.72 kcal; Białko ogółem: 105.35 g; Tłuszcz: 86.69 g; Węglowodany ogółem: 321.93 g; Sól: 4.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.31 g; suma cukrów prostych: 103.01 g; Błonnik pokarmowy: 22.19 g;

niedziela 2025-09-07 <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., 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*, buraczki gotowane b/mleka 120g(1), 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), roszponka 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]: 2529.70 kcal; Białko ogółem: 109.32 g; Tłuszcz: 67.37 g; Węglowodany ogółem: 371.22 g; Sól: 4.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.17 g; suma cukrów prostych: 124.36 g; Błonnik pokarmowy: 26.00 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-09-07		
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*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), 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]: 2627.86 kcal; Białko ogółem: 129.69 g; Tłuszcz: 79.29 g; Węglowodany ogółem: 357.41 g; Sól: 3.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.84 g; suma cukrów prostych: 116.06 g; Błonnik pokarmowy: 29.38 g;

niedziela 2025-09-07		
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), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), 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]: 2556.40 kcal; Białko ogółem: 76.86 g; Tłuszcz: 79.32 g; Węglowodany ogółem: 388.65 g; Sól: 2.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.46 g; suma cukrów prostych: 117.52 g; Błonnik pokarmowy: 30.67 g;

niedziela 2025-09-07		
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 2025-09-07		
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*, marchew gotowana 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), 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]: 3280.06 kcal; Białko ogółem: 158.94 g; Tłuszcz: 133.16 g; Węglowodany ogółem: 358.91 g; Sól: 3.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 57.74 g; suma cukrów prostych: 116.33 g; Błonnik pokarmowy: 29.38 g;

niedziela 2025-09-07		
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 talarki 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), 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]: 2721.27 kcal; Białko ogółem: 125.73 g; Tłuszcz: 94.92 g; Węglowodany ogółem: 349.21 g; Sól: 2.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.23 g; suma cukrów prostych: 104.54 g; Błonnik pokarmowy: 29.16 g;

Dietetyk

.....