

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-09-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Fasolowa z ziemniakami 350ml* (1,8,13), Sałata 10g, makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2937.54 kcal; Białko ogółem: 121.89 g; Tłuszcz: 88.56 g; Węglowodany ogółem: 423.94 g; Sól: 4.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.57 g; suma cukrów prostych: 109.22 g; Błonnik pokarmowy: 30.23 g;

poniedziałek 2025-09-08 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2567.88 kcal; Białko ogółem: 103.92 g; Tłuszcz: 73.83 g; Węglowodany ogółem: 379.14 g; Sól: 2.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.99 g; suma cukrów prostych: 108.57 g; Błonnik pokarmowy: 23.09 g;

poniedziałek 2025-09-08 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2688.38 kcal; Białko ogółem: 117.57 g; Tłuszcz: 79.08 g; Węglowodany ogółem: 383.69 g; Sól: 2.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.97 g; suma cukrów prostych: 112.14 g; Błonnik pokarmowy: 23.09 g;

poniedziałek 2025-09-08 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2720.26 kcal; Białko ogółem: 103.05 g; Tłuszcz: 92.50 g; Węglowodany ogółem: 378.60 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.99 g; suma cukrów prostych: 104.66 g; Błonnik pokarmowy: 27.63 g;

poniedziałek 2025-09-08 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2658.64 kcal; Białko ogółem: 107.98 g; Tłuszcz: 80.22 g; Węglowodany ogółem: 383.09 g; Sól: 2.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.90 g; suma cukrów prostych: 111.71 g; Błonnik pokarmowy: 22.68 g;

poniedziałek 2025-09-08 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2992.18 kcal; Białko ogółem: 130.80 g; Tłuszcz: 101.42 g; Węglowodany ogółem: 385.03 g; Sól: 2.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.73 g; suma cukrów prostych: 112.21 g; Błonnik pokarmowy: 23.09 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-09-08		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV	
Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), kompot z owoców 250ml, Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,	
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2259.10 kcal; Białko ogółem: 87.78 g; Tłuszcz: 85.25 g; Węglowodany ogółem: 290.70 g; Sól: 3.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.10 g; suma cukrów prostych: 66.53 g; Błonnik pokarmowy: 23.06 g;

poniedziałek 2025-09-08		Jadłospis dla diety: Płynna XIII	
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1943.48 kcal; Białko ogółem: 80.49 g; Tłuszcz: 82.45 g; Węglowodany ogółem: 220.96 g; Sól: 3.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.40 g; suma cukrów prostych: 66.48 g; Błonnik pokarmowy: 14.79 g;

poniedziałek 2025-09-08		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII	
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Ryż na mleku 350 ml*(2), Napój roślinny 330g*,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),	
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2850.50 kcal; Białko ogółem: 102.38 g; Tłuszcz: 69.59 g; Węglowodany ogółem: 441.49 g; Sól: 2.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.61 g; suma cukrów prostych: 108.22 g; Błonnik pokarmowy: 31.15 g;

poniedziałek 2025-09-08		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI	
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Sałata 10g, arbus 150g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka konserwowa 50g (8), herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,	
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2160.53 kcal; Białko ogółem: 103.46 g; Tłuszcz: 82.11 g; Węglowodany ogółem: 255.00 g; Sól: 3.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.33 g; suma cukrów prostych: 39.64 g; Błonnik pokarmowy: 19.81 g;

poniedziałek 2025-09-08		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V	
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sałata 10g, makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2),	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2496.13 kcal; Białko ogółem: 116.50 g; Tłuszcz: 73.37 g; Węglowodany ogółem: 346.05 g; Sól: 1.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.07 g; suma cukrów prostych: 82.91 g; Błonnik pokarmowy: 23.68 g;

poniedziałek 2025-09-08		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL	
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	ziemniaczana b-maki350ml.(2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, wafle ryżowe 60g(9),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2202.24 kcal; Białko ogółem: 65.32 g; Tłuszcz: 68.73 g; Węglowodany ogółem: 336.72 g; Sól: 1.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.97 g; suma cukrów prostych: 109.91 g; Błonnik pokarmowy: 19.45 g;

poniedziałek 2025-09-08		Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM	
Napój roślinny 330g*, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 50g*, margaryna roślinna lactima 10g , Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2513.84 kcal; Białko ogółem: 61.41 g; Tłuszcz: 55.58 g; Węglowodany ogółem: 397.80 g; Sól: 2.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.13 g; suma cukrów prostych: 117.90 g; Błonnik pokarmowy: 29.23 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-09-08			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), margaryna roślinna 10g 1szt., Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2561.18 kcal; Białko ogółem: 123.03 g; Tłuszcz: 55.75 g; Węglowodany ogółem: 398.79 g; Sól: 2.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.55 g; suma cukrów prostych: 119.75 g; Błonnik pokarmowy: 23.63 g;

poniedziałek 2025-09-08			Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2664.28 kcal; Białko ogółem: 112.84 g; Tłuszcz: 80.07 g; Węglowodany ogółem: 377.64 g; Sól: 1.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.53 g; suma cukrów prostych: 104.13 g; Błonnik pokarmowy: 27.20 g;

poniedziałek 2025-09-08			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka piastowska 50g(8), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, arbuz 150g*, makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2),	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), margaryna roślinna lactima 10g (2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,			
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt. 15g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2277.08 kcal; Białko ogółem: 114.76 g; Tłuszcz: 65.62 g; Węglowodany ogółem: 308.28 g; Sól: 3.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.33 g; suma cukrów prostych: 59.98 g; Błonnik pokarmowy: 16.19 g;

poniedziałek 2025-09-08			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), serek homog. nat. 60g (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), twaróg krajanka 70g (2), polędwica sopočka 50g(1,8), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Pomidor 50g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3240.48 kcal; Białko ogółem: 156.08 g; Tłuszcz: 106.27 g; Węglowodany ogółem: 404.73 g; Sól: 2.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.16 g; suma cukrów prostych: 130.86 g; Błonnik pokarmowy: 23.79 g;

poniedziałek 2025-09-08			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2598.78 kcal; Białko ogółem: 107.91 g; Tłuszcz: 74.32 g; Węglowodany ogółem: 381.73 g; Sól: 2.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.15 g; suma cukrów prostych: 110.81 g; Błonnik pokarmowy: 23.09 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-09-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), roszponka 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2480.98 kcal; Białko ogółem: 115.47 g; Tłuszcz: 61.36 g; Węglowodany ogółem: 375.41 g; Sól: 2.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.90 g; suma cukrów prostych: 106.36 g; Błonnik pokarmowy: 33.61 g;

wtorek 2025-09-09 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2407.36 kcal; Białko ogółem: 115.30 g; Tłuszcz: 58.77 g; Węglowodany ogółem: 356.24 g; Sól: 3.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.83 g; suma cukrów prostych: 88.31 g; Błonnik pokarmowy: 26.62 g;

wtorek 2025-09-09 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2282.46 kcal; Białko ogółem: 112.25 g; Tłuszcz: 57.92 g; Węglowodany ogółem: 336.66 g; Sól: 2.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.85 g; suma cukrów prostych: 69.40 g; Błonnik pokarmowy: 26.62 g;

wtorek 2025-09-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

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

wtorek 2025-09-09 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

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

wtorek 2025-09-09 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), polędwica sopočka 50g(1,8), pomidor 100g, roszponka 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2589.36 kcal; Białko ogółem: 138.05 g; Tłuszcz: 66.82 g; Węglowodany ogółem: 360.79 g; Sól: 3.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.60 g; suma cukrów prostych: 91.88 g; Błonnik pokarmowy: 26.62 g;

wtorek 2025-09-09 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

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

wtorek 2025-09-09 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

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

wtorek 2025-09-09 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), połędwica sopocka 50g(1,8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2175.50 kcal; Białko ogółem: 97.00 g; Tłuszcz: 68.64 g; Węglowodany ogółem: 287.79 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.40 g; suma cukrów prostych: 94.84 g; Błonnik pokarmowy: 22.29 g;

wtorek 2025-09-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),	herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), rosółka 5g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2033.13 kcal; Białko ogółem: 105.32 g; Tłuszcz: 57.96 g; Węglowodany ogółem: 283.73 g; Sól: 2.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.43 g; suma cukrów prostych: 70.14 g; Błonnik pokarmowy: 28.94 g;

wtorek 2025-09-09 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),	herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rosółka 5g ,
	Podwieczorek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2211.98 kcal; Białko ogółem: 113.56 g; Tłuszcz: 61.24 g; Węglowodany ogółem: 310.52 g; Sól: 2.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.94 g; suma cukrów prostych: 63.60 g; Błonnik pokarmowy: 28.24 g;

wtorek 2025-09-09 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, twarożek 70g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, rosółka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

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

wtorek 2025-09-09 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Napój roślinny 330g*, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 50g*, margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, rosółka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2090.81 kcal; Białko ogółem: 85.28 g; Tłuszcz: 33.01 g; Węglowodany ogółem: 347.40 g; Sól: 2.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.53 g; suma cukrów prostych: 93.93 g; Błonnik pokarmowy: 32.40 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-09-09			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,		Krupnik 350ml(1,8,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),		Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, rozspanka 5g ,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2332.46 kcal; Białko ogółem: 120.60 g; Tłuszcz: 50.05 g; Węglowodany ogółem: 358.64 g; Sól: 2.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.67 g; suma cukrów prostych: 91.42 g; Błonnik pokarmowy: 26.62 g;

wtorek 2025-09-09			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,		Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*, brokuły z wody 120 g,		Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rozspanka 5g ,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2460.15 kcal; Białko ogółem: 94.62 g; Tłuszcz: 64.17 g; Węglowodany ogółem: 382.04 g; Sól: 2.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.20 g; suma cukrów prostych: 105.30 g; Błonnik pokarmowy: 25.39 g;

wtorek 2025-09-09			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), margaryna roślinna lactima 10g (2), papryka św. 100g , rukola 5g,		Krupnik 350ml(1,8,13), ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),		herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, margaryna roślinna lactima 10g (2), rozspanka 5g ,	
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),		Podwieczorek: kisiel b/c 250g,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2378.58 kcal; Białko ogółem: 124.57 g; Tłuszcz: 53.43 g; Węglowodany ogółem: 360.84 g; Sól: 3.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.73 g; suma cukrów prostych: 86.21 g; Błonnik pokarmowy: 28.70 g;

wtorek 2025-09-09			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,		Krupnik 350ml(1,8,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),		Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), twarożek 1 szt. (2) , Masło 15g*(2), pomidor 100g, rozspanka 5g ,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2771.56 kcal; Białko ogółem: 139.27 g; Tłuszcz: 84.22 g; Węglowodany ogółem: 361.39 g; Sól: 3.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.80 g; suma cukrów prostych: 91.32 g; Błonnik pokarmowy: 26.62 g;

wtorek 2025-09-09			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,		Krupnik 350ml(1,8,13), ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13),		Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rozspanka 5g ,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2387.96 kcal; Białko ogółem: 118.36 g; Tłuszcz: 57.17 g; Węglowodany ogółem: 358.44 g; Sól: 2.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.25 g; suma cukrów prostych: 90.23 g; Błonnik pokarmowy: 26.62 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-09-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g, leczko z papryki i cukinii z kielbasą 300g (1,8,11,13), Ryż biały 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ogórek kiszony 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g,
	Podwieczerek: śliwki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2601.17 kcal; Białko ogółem: 96.79 g; Tłuszcz: 96.16 g; Węglowodany ogółem: 347.55 g; Sól: 5.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.74 g; suma cukrów prostych: 78.44 g; Błonnik pokarmowy: 28.81 g;

środa 2025-09-10 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Ryż biały 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2481.17 kcal; Białko ogółem: 103.79 g; Tłuszcz: 77.74 g; Węglowodany ogółem: 349.58 g; Sól: 2.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.49 g; suma cukrów prostych: 81.37 g; Błonnik pokarmowy: 26.02 g;

środa 2025-09-10 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Ryż biały 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2498.27 kcal; Białko ogółem: 111.15 g; Tłuszcz: 76.14 g; Węglowodany ogółem: 350.38 g; Sól: 2.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.69 g; suma cukrów prostych: 83.54 g; Błonnik pokarmowy: 26.02 g;

środa 2025-09-10 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g,	Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1),

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

środa 2025-09-10 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2357.43 kcal; Białko ogółem: 105.35 g; Tłuszcz: 72.22 g; Węglowodany ogółem: 330.97 g; Sól: 3.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.45 g; suma cukrów prostych: 76.58 g; Błonnik pokarmowy: 26.64 g;

środa 2025-09-10 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Ryż biały 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2562.57 kcal; Białko ogółem: 123.68 g; Tłuszcz: 76.56 g; Węglowodany ogółem: 352.98 g; Sól: 2.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.93 g; suma cukrów prostych: 85.72 g; Błonnik pokarmowy: 26.11 g;

środa 2025-09-10 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata 250g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
--	--	---

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

środa 2025-09-10 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1556.36 kcal; Białko ogółem: 70.60 g; Tłuszcz: 67.79 g; Węglowodany ogółem: 156.87 g; Sól: 3.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.14 g; suma cukrów prostych: 81.58 g; Błonnik pokarmowy: 13.27 g;

środa 2025-09-10 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Napój roślinny 330g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), marchew gotowana 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

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

środa 2025-09-10 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata bez cukru 250ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), roszonek 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), arbuz 150g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), ryż brązowy 200g,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, ogórek kiszony 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2032.80 kcal; Białko ogółem: 90.78 g; Tłuszcz: 93.35 g; Węglowodany ogółem: 210.07 g; Sól: 4.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.32 g; suma cukrów prostych: 37.68 g; Błonnik pokarmowy: 23.16 g;

środa 2025-09-10 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
herbata bez cukru 250ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), ryż brązowy 200g,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2067.39 kcal; Białko ogółem: 87.40 g; Tłuszcz: 75.90 g; Węglowodany ogółem: 268.39 g; Sól: 1.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.50 g; suma cukrów prostych: 71.65 g; Błonnik pokarmowy: 27.55 g;

środa 2025-09-10 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1759.05 kcal; Białko ogółem: 84.95 g; Tłuszcz: 58.25 g; Węglowodany ogółem: 231.99 g; Sól: 2.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.00 g; suma cukrów prostych: 80.20 g; Błonnik pokarmowy: 17.45 g;

środa 2025-09-10 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , schab na kartki 50g*, rzodkiewka 100g, Napój roślinny 330g*,	Koperkowa z ziemniakami b/ml 350ml (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryż biały 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, filet pieczony z indyka 40g , roszonek 5g , rukola 5g,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2089.71 kcal; Białko ogółem: 83.11 g; Tłuszcz: 53.91 g; Węglowodany ogółem: 302.37 g; Sól: 2.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.43 g; suma cukrów prostych: 70.02 g; Błonnik pokarmowy: 25.90 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-09-10			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Ryż biały 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g , rukola 5g,			
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2459.87 kcal; Białko ogółem: 111.49 g; Tłuszcz: 63.36 g; Węglowodany ogółem: 366.93 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.54 g; suma cukrów prostych: 95.43 g; Błonnik pokarmowy: 30.70 g;

środa 2025-09-10			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ryż z jabłkami 350g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tuńczyka 100g* (4),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2600.11 kcal; Białko ogółem: 99.88 g; Tłuszcz: 70.11 g; Węglowodany ogółem: 398.34 g; Sól: 2.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.38 g; suma cukrów prostych: 109.52 g; Błonnik pokarmowy: 32.17 g;

środa 2025-09-10			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
herbata bez cukru 250ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), arbuz 150g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), ryż brązowy 200g,	herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, ogórek kiszony 100g, rukola 5g,			
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1915.40 kcal; Białko ogółem: 90.63 g; Tłuszcz: 80.47 g; Węglowodany ogółem: 209.82 g; Sól: 4.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.17 g; suma cukrów prostych: 37.47 g; Błonnik pokarmowy: 23.16 g;

środa 2025-09-10			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Ryż biały 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3),			
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2959.11 kcal; Białko ogółem: 153.39 g; Tłuszcz: 98.80 g; Węglowodany ogółem: 361.03 g; Sól: 2.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.85 g; suma cukrów prostych: 94.77 g; Błonnik pokarmowy: 25.83 g;

środa 2025-09-10			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Ryż biały 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), roszponka 5g , rukola 5g,			
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2379.21 kcal; Białko ogółem: 97.70 g; Tłuszcz: 74.73 g; Węglowodany ogółem: 337.08 g; Sól: 2.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.14 g; suma cukrów prostych: 73.21 g; Błonnik pokarmowy: 25.63 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1), pasta jajeczna ze szczyptorkiem 70g. (3,13,11), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*.	żurek z ziemn.350ml.(1,2,8,13), Kotlet schabowy - 100g (1,3), Ziemniaki 200g*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*.	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2838.11 kcal; Białko ogółem: 100.46 g; Tłuszcz: 108.71 g; Węglowodany ogółem: 370.08 g; Sól: 4.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.45 g; suma cukrów prostych: 85.28 g; Błonnik pokarmowy: 30.76 g;

czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g.	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2376.05 kcal; Białko ogółem: 100.95 g; Tłuszcz: 64.49 g; Węglowodany ogółem: 353.89 g; Sól: 2.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.36 g; suma cukrów prostych: 79.37 g; Błonnik pokarmowy: 32.53 g;

czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2)., Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g.	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2491.05 kcal; Białko ogółem: 115.00 g; Tłuszcz: 68.77 g; Węglowodany ogółem: 365.54 g; Sól: 2.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.30 g; suma cukrów prostych: 90.39 g; Błonnik pokarmowy: 32.53 g;

czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g.	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Filet z kurczaka gotowany 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2428.25 kcal; Białko ogółem: 109.82 g; Tłuszcz: 64.21 g; Węglowodany ogółem: 364.30 g; Sól: 2.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.78 g; suma cukrów prostych: 89.15 g; Błonnik pokarmowy: 31.23 g;

czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2)., Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g.	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Filet z kurczaka gotowany 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), roszponka 5g , rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2468.15 kcal; Białko ogółem: 116.51 g; Tłuszcz: 65.55 g; Węglowodany ogółem: 365.54 g; Sól: 2.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.73 g; suma cukrów prostych: 90.39 g; Błonnik pokarmowy: 32.53 g;

czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2)., Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g.	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2593.15 kcal; Białko ogółem: 132.27 g; Tłuszcz: 68.54 g; Węglowodany ogółem: 367.41 g; Sól: 2.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.34 g; suma cukrów prostych: 90.61 g; Błonnik pokarmowy: 32.53 g;

czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
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, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*.

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2255.47 kcal; Białko ogółem: 94.99 g; Tłuszcz: 82.29 g; Węglowodany ogółem: 292.89 g; Sól: 2.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.54 g; suma cukrów prostych: 66.59 g; Błonnik pokarmowy: 27.41 g;

czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2006.12 kcal; Białko ogółem: 81.55 g; Tłuszcz: 81.25 g; Węglowodany ogółem: 235.03 g; Sól: 1.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.69 g; suma cukrów prostych: 86.86 g; Błonnik pokarmowy: 16.50 g;

czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Masło 20g* (2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2466.92 kcal; Białko ogółem: 102.31 g; Tłuszcz: 73.34 g; Węglowodany ogółem: 357.23 g; Sól: 2.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.63 g; suma cukrów prostych: 95.03 g; Błonnik pokarmowy: 32.67 g;

czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata b/cukru 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czamuszką 100g*,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , sos szpinakowy 100ml (1,2),	herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rozszponka 5g ,
II Śniadanie: sok warzywny 150ml ,	Podwieczorek: podplomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2248.21 kcal; Białko ogółem: 86.60 g; Tłuszcz: 73.96 g; Węglowodany ogółem: 320.09 g; Sól: 2.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.78 g; suma cukrów prostych: 54.14 g; Błonnik pokarmowy: 40.54 g;

czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2261.86 kcal; Białko ogółem: 101.51 g; Tłuszcz: 66.04 g; Węglowodany ogółem: 325.34 g; Sól: 2.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.96 g; suma cukrów prostych: 91.76 g; Błonnik pokarmowy: 29.53 g;

czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rozszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1972.17 kcal; Białko ogółem: 93.23 g; Tłuszcz: 49.84 g; Węglowodany ogółem: 297.91 g; Sól: 2.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.40 g; suma cukrów prostych: 85.84 g; Błonnik pokarmowy: 23.62 g;

czwartek 2025-09-11 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka 100g, rozszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

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

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-09-11			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, rukola 5g,		Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	
		Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2332.75 kcal; Białko ogółem: 108.27 g; Tłuszcz: 54.55 g; Węglowodany ogółem: 364.36 g; Sól: 2.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.20 g; suma cukrów prostych: 87.94 g; Błonnik pokarmowy: 32.53 g;

czwartek 2025-09-11			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,		Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , sos szpinakowy 100ml (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	
		Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2492.77 kcal; Białko ogółem: 118.47 g; Tłuszcz: 62.15 g; Węglowodany ogółem: 375.63 g; Sól: 2.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.66 g; suma cukrów prostych: 103.64 g; Błonnik pokarmowy: 29.75 g;

czwartek 2025-09-11			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*,		Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , sos szpinakowy 100ml (1,2),		herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica sopocka 50g(1,8), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, roszonek 5g , kajzerka 50g (1),	
II Śniadanie: sok warzywny 150ml ,		Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt.15g (1),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2325.71 kcal; Białko ogółem: 104.68 g; Tłuszcz: 58.81 g; Węglowodany ogółem: 346.38 g; Sól: 2.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.41 g; suma cukrów prostych: 74.56 g; Błonnik pokarmowy: 33.91 g;

czwartek 2025-09-11			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,		Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), serek homo waniliowy 70g*(2), polędwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	
		Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2873.15 kcal; Białko ogółem: 146.27 g; Tłuszcz: 87.94 g; Węglowodany ogółem: 368.61 g; Sól: 3.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.34 g; suma cukrów prostych: 90.61 g; Błonnik pokarmowy: 32.53 g;

czwartek 2025-09-11			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,		Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	
		Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2450.15 kcal; Białko ogółem: 108.41 g; Tłuszcz: 67.43 g; Węglowodany ogółem: 364.60 g; Sól: 2.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.35 g; suma cukrów prostych: 88.15 g; Błonnik pokarmowy: 32.53 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), ser żółty 60g (2), Masło 20g* (2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13), Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2824.46 kcal; Białko ogółem: 117.56 g; Tłuszcz: 100.12 g; Węglowodany ogółem: 374.44 g; Sól: 3.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.48 g; suma cukrów prostych: 99.75 g; Błonnik pokarmowy: 29.68 g;

piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Masło 20g* (2), rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2503.20 kcal; Białko ogółem: 123.24 g; Tłuszcz: 65.39 g; Węglowodany ogółem: 366.70 g; Sól: 3.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.58 g; suma cukrów prostych: 99.04 g; Błonnik pokarmowy: 30.39 g;

piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), ziemniaki b/soli 200g m, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2448.04 kcal; Białko ogółem: 116.28 g; Tłuszcz: 72.81 g; Węglowodany ogółem: 342.12 g; Sól: 3.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.06 g; suma cukrów prostych: 98.39 g; Błonnik pokarmowy: 28.40 g;

piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2329.36 kcal; Białko ogółem: 102.61 g; Tłuszcz: 65.32 g; Węglowodany ogółem: 343.15 g; Sól: 2.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.59 g; suma cukrów prostych: 77.64 g; Błonnik pokarmowy: 28.86 g;

piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2342.83 kcal; Białko ogółem: 95.65 g; Tłuszcz: 69.46 g; Węglowodany ogółem: 345.05 g; Sól: 3.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.12 g; suma cukrów prostych: 76.07 g; Błonnik pokarmowy: 30.24 g;

piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2685.20 kcal; Białko ogółem: 145.99 g; Tłuszcz: 73.44 g; Węglowodany ogółem: 371.25 g; Sól: 3.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.35 g; suma cukrów prostych: 102.61 g; Błonnik pokarmowy: 30.39 g;

piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kakao 250ml (1,2), Płatki jęczm.na ml.jajo - 500 ml* (1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,	Marchew gotowana 150g*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2630.06 kcal; Białko ogółem: 120.65 g; Tłuszcz: 92.30 g; Węglowodany ogółem: 336.23 g; Sól: 2.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.01 g; suma cukrów prostych: 99.94 g; Błonnik pokarmowy: 32.80 g;

piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kakao 250ml (1,2), Płatki jęczm.na ml.jajo - 500 ml* (1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Masło 10g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml.jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2452.08 kcal; Białko ogółem: 95.60 g; Tłuszcz: 104.36 g; Węglowodany ogółem: 280.69 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.89 g; suma cukrów prostych: 113.47 g; Błonnik pokarmowy: 18.36 g;

piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2571.48 kcal; Białko ogółem: 102.94 g; Tłuszcz: 82.78 g; Węglowodany ogółem: 359.86 g; Sól: 2.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.87 g; suma cukrów prostych: 96.45 g; Błonnik pokarmowy: 29.71 g;

piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kakao b/c 250 ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Masło 20g* (2), rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt,	herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(9),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2180.67 kcal; Białko ogółem: 105.72 g; Tłuszcz: 62.27 g; Węglowodany ogółem: 311.94 g; Sól: 2.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.14 g; suma cukrów prostych: 59.40 g; Błonnik pokarmowy: 32.53 g;

piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g , surówka bułgarska120g.(3,11,13), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g , papryka św. 100g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2380.02 kcal; Białko ogółem: 112.78 g; Tłuszcz: 74.69 g; Węglowodany ogółem: 327.44 g; Sól: 2.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.35 g; suma cukrów prostych: 110.08 g; Błonnik pokarmowy: 35.19 g;

piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, szynka na kartki 50g*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

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

piątek 2025-09-12 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

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

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-09-12		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2370.44 kcal; Białko ogółem: 117.63 g; Tłuszcz: 53.65 g; Węglowodany ogółem: 365.50 g; Sól: 3.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.54 g; suma cukrów prostych: 97.56 g; Błonnik pokarmowy: 30.32 g;

piątek 2025-09-12		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Masło 20g* (2), rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2529.20 kcal; Białko ogółem: 115.39 g; Tłuszcz: 63.09 g; Węglowodany ogółem: 386.85 g; Sól: 3.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.48 g; suma cukrów prostych: 117.79 g; Błonnik pokarmowy: 30.79 g;

piątek 2025-09-12		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kakao b/c 250 ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, margaryna roślinna lactima 10g , rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt,	herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(9),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2063.27 kcal; Białko ogółem: 105.57 g; Tłuszcz: 49.40 g; Węglowodany ogółem: 311.69 g; Sól: 2.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.99 g; suma cukrów prostych: 59.19 g; Błonnik pokarmowy: 32.53 g;

piątek 2025-09-12		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, ser żółty 60g (2), Masło 20g* (2), rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3040.60 kcal; Białko ogółem: 160.24 g; Tłuszcz: 102.79 g; Węglowodany ogółem: 368.81 g; Sól: 4.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.28 g; suma cukrów prostych: 99.35 g; Błonnik pokarmowy: 30.39 g;

piątek 2025-09-12		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Masło 20g* (2), rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2503.20 kcal; Białko ogółem: 123.24 g; Tłuszcz: 65.39 g; Węglowodany ogółem: 366.70 g; Sól: 3.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.58 g; suma cukrów prostych: 99.04 g; Błonnik pokarmowy: 30.39 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-09-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), surówka z marchewki w sosie chrzanowym 120g (3,11), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	Podwieczerek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3062.81 kcal; Białko ogółem: 109.56 g; Tłuszcz: 110.41 g; Węglowodany ogółem: 415.57 g; Sól: 4.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.56 g; suma cukrów prostych: 123.93 g; Błonnik pokarmowy: 30.79 g;

sobota 2025-09-13 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2841.07 kcal; Białko ogółem: 96.64 g; Tłuszcz: 88.99 g; Węglowodany ogółem: 420.29 g; Sól: 3.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.60 g; suma cukrów prostych: 132.08 g; Błonnik pokarmowy: 29.94 g;

sobota 2025-09-13 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2846.37 kcal; Białko ogółem: 103.20 g; Tłuszcz: 85.03 g; Węglowodany ogółem: 421.45 g; Sól: 3.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.26 g; suma cukrów prostych: 134.25 g; Błonnik pokarmowy: 29.88 g;

sobota 2025-09-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2694.07 kcal; Białko ogółem: 117.62 g; Tłuszcz: 73.16 g; Węglowodany ogółem: 400.38 g; Sól: 2.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.48 g; suma cukrów prostych: 133.65 g; Błonnik pokarmowy: 27.00 g;

sobota 2025-09-13 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2833.90 kcal; Białko ogółem: 113.60 g; Tłuszcz: 85.13 g; Węglowodany ogółem: 406.92 g; Sól: 2.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.96 g; suma cukrów prostych: 133.42 g; Błonnik pokarmowy: 27.16 g;

sobota 2025-09-13 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3146.92 kcal; Białko ogółem: 131.86 g; Tłuszcz: 107.14 g; Węglowodany ogółem: 409.77 g; Sól: 3.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.99 g; suma cukrów prostych: 121.45 g; Błonnik pokarmowy: 29.94 g;

sobota 2025-09-13 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2),	Herbata 250g, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 150g,
		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2179.28 kcal; Białko ogółem: 107.45 g; Tłuszcz: 82.17 g; Węglowodany ogółem: 254.02 g; Sól: 1.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.06 g; suma cukrów prostych: 101.87 g; Błonnik pokarmowy: 14.99 g;

sobota 2025-09-13 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 20g* (2),	Kompot z owoców mroz. 250ml*, Ziemiaczana 350ml* (1,2,8,13), brokuły z wody 150g, Jarzynka gotowana 150g*,	Herbata 250g, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2207.65 kcal; Białko ogółem: 89.81 g; Tłuszcz: 100.64 g; Węglowodany ogółem: 231.96 g; Sól: 2.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.26 g; suma cukrów prostych: 135.51 g; Błonnik pokarmowy: 15.95 g;

sobota 2025-09-13 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemiaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2529.70 kcal; Białko ogółem: 102.94 g; Tłuszcz: 81.75 g; Węglowodany ogółem: 347.74 g; Sól: 2.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.09 g; suma cukrów prostych: 145.20 g; Błonnik pokarmowy: 27.92 g;

sobota 2025-09-13 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), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, roszonek 5g ,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), surówka z marchewki w sosie chrzanowym 120g (3,11), gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), Ziemniaki 200g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2717.47 kcal; Białko ogółem: 95.16 g; Tłuszcz: 104.59 g; Węglowodany ogółem: 350.52 g; Sól: 5.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.27 g; suma cukrów prostych: 66.05 g; Błonnik pokarmowy: 39.39 g;

sobota 2025-09-13 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Sałatka z roszoneką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2844.97 kcal; Białko ogółem: 106.63 g; Tłuszcz: 88.03 g; Węglowodany ogółem: 418.11 g; Sól: 3.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.35 g; suma cukrów prostych: 116.93 g; Błonnik pokarmowy: 37.89 g;

sobota 2025-09-13 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z roszoneką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemiaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2385.06 kcal; Białko ogółem: 99.11 g; Tłuszcz: 86.81 g; Węglowodany ogółem: 305.60 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.47 g; suma cukrów prostych: 92.47 g; Błonnik pokarmowy: 21.97 g;

sobota 2025-09-13 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., schab na kartki 50g*, Sałatka z roszoneką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Ziemiaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, filet pieczony z indyka 60g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2274.59 kcal; Białko ogółem: 87.07 g; Tłuszcz: 47.30 g; Węglowodany ogółem: 383.91 g; Sól: 3.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.50 g; suma cukrów prostych: 112.15 g; Błonnik pokarmowy: 33.72 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-09-13			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Sałatka z roszką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,			
Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2686.37 kcal; Białko ogółem: 103.76 g; Tłuszcz: 68.51 g; Węglowodany ogółem: 420.84 g; Sól: 3.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.50 g; suma cukrów prostych: 134.04 g; Błonnik pokarmowy: 29.94 g;

sobota 2025-09-13			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z roszką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Ryż z jabłkami 350g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2799.17 kcal; Białko ogółem: 106.33 g; Tłuszcz: 74.52 g; Węglowodany ogółem: 432.57 g; Sól: 1.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.10 g; suma cukrów prostych: 148.37 g; Błonnik pokarmowy: 26.51 g;

sobota 2025-09-13			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, roszką 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z marchewki w sosie chrzanowym 120g (3,11), Ziemniaki 200g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,			
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml,	Posiłek nocny: serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2657.02 kcal; Białko ogółem: 97.48 g; Tłuszcz: 86.13 g; Węglowodany ogółem: 373.82 g; Sól: 5.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.67 g; suma cukrów prostych: 81.79 g; Błonnik pokarmowy: 32.05 g;

sobota 2025-09-13			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z roszką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), ser żółty 60g (2),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,			
Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3327.37 kcal; Białko ogółem: 146.86 g; Tłuszcz: 122.74 g; Węglowodany ogółem: 404.84 g; Sól: 4.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.59 g; suma cukrów prostych: 116.52 g; Błonnik pokarmowy: 29.94 g;

sobota 2025-09-13			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), ogórek zielony talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), mandarynki 150g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt., Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Mus warzywno-owocowy 100g*,			
Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka owocowa 120g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2786.17 kcal; Białko ogółem: 80.88 g; Tłuszcz: 79.34 g; Węglowodany ogółem: 437.79 g; Sól: 3.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.44 g; suma cukrów prostych: 143.51 g; Błonnik pokarmowy: 37.34 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-09-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 50g (1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), schab benedykta 50g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, Kalafior oprószany 120g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Grejfrut 1/2 szt ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2556.90 kcal; Białko ogółem: 118.96 g; Tłuszcz: 81.21 g; Węglowodany ogółem: 346.60 g; Sól: 2.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.64 g; suma cukrów prostych: 99.91 g; Błonnik pokarmowy: 32.64 g;

niedziela 2025-09-14 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2567.75 kcal; Białko ogółem: 126.26 g; Tłuszcz: 79.28 g; Węglowodany ogółem: 344.53 g; Sól: 2.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.47 g; suma cukrów prostych: 103.31 g; Błonnik pokarmowy: 31.53 g;

niedziela 2025-09-14 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	rosół z makaronem 400ml b/soli, ziemniaki b/soli 200g m, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g , pomidor 100g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2471.75 kcal; Białko ogółem: 117.05 g; Tłuszcz: 79.05 g; Węglowodany ogółem: 330.70 g; Sól: 2.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.50 g; suma cukrów prostych: 108.15 g; Błonnik pokarmowy: 32.65 g;

niedziela 2025-09-14 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2422.30 kcal; Białko ogółem: 114.57 g; Tłuszcz: 65.05 g; Węglowodany ogółem: 353.01 g; Sól: 2.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.44 g; suma cukrów prostych: 88.04 g; Błonnik pokarmowy: 33.61 g;

niedziela 2025-09-14 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2422.20 kcal; Białko ogółem: 114.61 g; Tłuszcz: 64.99 g; Węglowodany ogółem: 352.83 g; Sól: 3.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.43 g; suma cukrów prostych: 87.26 g; Błonnik pokarmowy: 33.08 g;

niedziela 2025-09-14 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2712.15 kcal; Białko ogółem: 137.95 g; Tłuszcz: 86.53 g; Węglowodany ogółem: 346.03 g; Sól: 2.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.72 g; suma cukrów prostych: 104.71 g; Błonnik pokarmowy: 31.53 g;

niedziela 2025-09-14 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g, brokuly z wody 150g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 250g, Jarzynka gotowana 150g*,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,
--	--	--

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

niedziela 2025-09-14 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2220.48 kcal; Białko ogółem: 93.80 g; Tłuszcz: 81.45 g; Węglowodany ogółem: 271.69 g; Sól: 2.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.74 g; suma cukrów prostych: 112.32 g; Błonnik pokarmowy: 18.72 g;

niedziela 2025-09-14 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaki 200g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2696.95 kcal; Białko ogółem: 111.71 g; Tłuszcz: 80.27 g; Węglowodany ogółem: 384.15 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.81 g; suma cukrów prostych: 140.15 g; Błonnik pokarmowy: 30.15 g;

niedziela 2025-09-14 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kalafor oprószany 120g(1), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Grejfrut 1/2 szt ,	twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka, herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), roszponka 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2381.00 kcal; Białko ogółem: 122.35 g; Tłuszcz: 79.37 g; Węglowodany ogółem: 307.36 g; Sól: 2.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.65 g; suma cukrów prostych: 62.02 g; Błonnik pokarmowy: 32.62 g;

niedziela 2025-09-14 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka talarki 100g, polędwica sopočka 50g(1,8), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kalafor oprószany 120g(1), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2804.45 kcal; Białko ogółem: 134.37 g; Tłuszcz: 83.94 g; Węglowodany ogółem: 383.11 g; Sól: 2.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.99 g; suma cukrów prostych: 102.67 g; Błonnik pokarmowy: 41.54 g;

niedziela 2025-09-14 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2234.00 kcal; Białko ogółem: 93.33 g; Tłuszcz: 70.42 g; Węglowodany ogółem: 315.20 g; Sól: 3.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.90 g; suma cukrów prostych: 85.90 g; Błonnik pokarmowy: 29.46 g;

niedziela 2025-09-14 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka talarki 100g, schab na kartki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	filet pieczony z indyka 40g , Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

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

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-09-14		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2452.35 kcal; Białko ogółem: 126.90 g; Tłuszcz: 65.71 g; Węglowodany ogółem: 345.54 g; Sól: 2.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.65 g; suma cukrów prostych: 104.25 g; Błonnik pokarmowy: 31.53 g;

niedziela 2025-09-14		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2464.50 kcal; Białko ogółem: 109.29 g; Tłuszcz: 68.35 g; Węglowodany ogółem: 358.78 g; Sól: 2.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.61 g; suma cukrów prostych: 115.66 g; Błonnik pokarmowy: 29.05 g;

niedziela 2025-09-14		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kalańfior oprószony 120g(1), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Grejfrut 1/2 szt ,	herbata bez cukru 250ml, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, margaryna roślinna lactima 10g , roszponka 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkopty bez cukru 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2499.95 kcal; Białko ogółem: 135.64 g; Tłuszcz: 75.59 g; Węglowodany ogółem: 330.44 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.56 g; suma cukrów prostych: 80.00 g; Błonnik pokarmowy: 27.41 g;

niedziela 2025-09-14		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ser topiony 2 szt. 34g 92), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2982.15 kcal; Białko ogółem: 146.93 g; Tłuszcz: 109.42 g; Węglowodany ogółem: 348.44 g; Sól: 3.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.95 g; suma cukrów prostych: 105.68 g; Błonnik pokarmowy: 31.53 g;

niedziela 2025-09-14		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), gruszka 1 szt., rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2524.10 kcal; Białko ogółem: 105.99 g; Tłuszcz: 79.63 g; Węglowodany ogółem: 354.89 g; Sól: 2.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.86 g; suma cukrów prostych: 104.85 g; Błonnik pokarmowy: 35.73 g;

Dietetyk

.....