

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-09-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1),	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g.*, Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), ser żółty 60g (2), papryka św. 100g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2778.44 kcal; Białko ogółem: 100.11 g; Tłuszcz: 84.24 g; Węglowodany ogółem: 416.98 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.01 g; suma cukrów prostych: 112.65 g; Błonnik pokarmowy: 33.15 g;

poniedziałek 2025-09-15 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ryż z jabłkami 350g.*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2453.55 kcal; Białko ogółem: 79.30 g; Tłuszcz: 68.71 g; Węglowodany ogółem: 388.30 g; Sól: 1.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.14 g; suma cukrów prostych: 106.18 g; Błonnik pokarmowy: 26.38 g;

poniedziałek 2025-09-15 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ryż z jabłkami 350g.*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2515.45 kcal; Białko ogółem: 81.69 g; Tłuszcz: 74.46 g; Węglowodany ogółem: 388.75 g; Sól: 1.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.72 g; suma cukrów prostych: 107.58 g; Błonnik pokarmowy: 26.38 g;

poniedziałek 2025-09-15 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), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2529.17 kcal; Białko ogółem: 93.82 g; Tłuszcz: 89.62 g; Węglowodany ogółem: 347.89 g; Sól: 2.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.66 g; suma cukrów prostych: 99.62 g; Błonnik pokarmowy: 28.70 g;

poniedziałek 2025-09-15 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), pomidor 100g, roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g.*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2354.90 kcal; Białko ogółem: 70.54 g; Tłuszcz: 66.23 g; Węglowodany ogółem: 376.60 g; Sól: 1.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.83 g; suma cukrów prostych: 110.38 g; Błonnik pokarmowy: 25.45 g;

poniedziałek 2025-09-15 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ryż z jabłkami 350g.*, Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2623.95 kcal; Białko ogółem: 96.19 g; Tłuszcz: 78.81 g; Węglowodany ogółem: 391.25 g; Sól: 2.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.82 g; suma cukrów prostych: 107.83 g; Błonnik pokarmowy: 26.38 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-09-15		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV
Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3), Herbata z cukrem 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g, Masło 10g(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

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

poniedziałek 2025-09-15		Jadłospis dla diety: Płynna XIII
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Mus warzywno-owocowy 100g*,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

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

poniedziałek 2025-09-15		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2282.77 kcal; Białko ogółem: 79.81 g; Tłuszcz: 81.42 g; Węglowodany ogółem: 313.39 g; Sól: 2.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.97 g; suma cukrów prostych: 104.12 g; Błonnik pokarmowy: 27.78 g;

poniedziałek 2025-09-15		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rosółka 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), śliwki 150g, Sałata 10g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g , rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: podplomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2225.80 kcal; Białko ogółem: 108.47 g; Tłuszcz: 73.37 g; Węglowodany ogółem: 291.02 g; Sól: 1.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.18 g; suma cukrów prostych: 41.30 g; Błonnik pokarmowy: 28.17 g;

poniedziałek 2025-09-15		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rosółka 5g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ryż z jabłkami 350g.*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g , rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2490.75 kcal; Białko ogółem: 83.40 g; Tłuszcz: 69.77 g; Węglowodany ogółem: 394.63 g; Sól: 1.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.63 g; suma cukrów prostych: 85.39 g; Błonnik pokarmowy: 35.40 g;

poniedziałek 2025-09-15		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, rosółka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Ryż z jabłkami 350g.*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku i pomidora 100g (13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2085.49 kcal; Białko ogółem: 58.36 g; Tłuszcz: 72.22 g; Węglowodany ogółem: 301.67 g; Sól: 2.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.43 g; suma cukrów prostych: 109.25 g; Błonnik pokarmowy: 17.81 g;

poniedziałek 2025-09-15		Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , filet pieczony z indyka 60g , pomidor 100g, Napój roślinny 330g*, rosółka 5g ,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Ryż z jabłkami 350g.*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2256.60 kcal; Białko ogółem: 62.52 g; Tłuszcz: 48.62 g; Węglowodany ogółem: 370.24 g; Sól: 2.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.87 g; suma cukrów prostych: 103.29 g; Błonnik pokarmowy: 25.69 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-09-15			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ryż z jabłkami 350g.*, Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2336.15 kcal; Białko ogółem: 79.15 g; Tłuszcz: 55.83 g; Węglowodany ogółem: 388.05 g; Sól: 1.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.99 g; suma cukrów prostych: 105.97 g; Błonnik pokarmowy: 26.38 g;

poniedziałek 2025-09-15			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), pomidor 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ryż z jabłkami 350g.*, Salata 10g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, ser żółty 60g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tuńczyka 100g* (4), Woda mineralna 500ml*,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2644.49 kcal; Białko ogółem: 92.05 g; Tłuszcz: 88.98 g; Węglowodany ogółem: 377.35 g; Sól: 2.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.12 g; suma cukrów prostych: 101.94 g; Błonnik pokarmowy: 25.26 g;

poniedziałek 2025-09-15			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, herbata bez cukru 250ml, roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ryż z jabłkami 350g.*, śliwki 150g, Salata 10g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g, herbata bez cukru 250ml, rukola 5g,			
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2284.10 kcal; Białko ogółem: 86.58 g; Tłuszcz: 59.63 g; Węglowodany ogółem: 359.75 g; Sól: 2.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.77 g; suma cukrów prostych: 63.79 g; Błonnik pokarmowy: 28.25 g;

poniedziałek 2025-09-15			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), roszponka 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), ser żółty 60g (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ryż z jabłkami 350g.*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g, ser topiony 3 x 17g-51g. (2),			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3190.95 kcal; Białko ogółem: 132.77 g; Tłuszcz: 115.87 g; Węglowodany ogółem: 400.65 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.21 g; suma cukrów prostych: 119.17 g; Błonnik pokarmowy: 23.88 g;

poniedziałek 2025-09-15			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ryż z jabłkami 350g.*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2453.55 kcal; Białko ogółem: 79.30 g; Tłuszcz: 68.71 g; Węglowodany ogółem: 388.30 g; Sól: 1.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.14 g; suma cukrów prostych: 106.18 g; Błonnik pokarmowy: 26.38 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-09-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Kapuśniak 350ml (1,8,11), salátka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, schab duszony 80g w sosie własnym (1),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), ogórek konserwowy 100g*, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Biszkoty bez cukru 15g (1,3), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*,

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

wtorek 2025-09-16 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, schab duszony 80g w sosie własnym (1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Biszkoty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

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

wtorek 2025-09-16 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), rzodkiewka 100g, twaróg 70g (2), kasza manna na mleku 350ml (1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g 3 kromki , twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Biszkoty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

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

wtorek 2025-09-16 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350ml (1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g 3 kromki , twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Biszkoty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

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

wtorek 2025-09-16 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, twaróg 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Biszkoty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

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

wtorek 2025-09-16 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350g (1,2), twaróg 70g (2), rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g , jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	Podwieczerek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Biszkoty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

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

wtorek 2025-09-16 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120g ,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2356.87 kcal; Białko ogółem: 100.66 g; Tłuszcz: 83.22 g; Węglowodany ogółem: 306.92 g; Sól: 1.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.69 g; suma cukrów prostych: 87.41 g; Błonnik pokarmowy: 29.62 g;

wtorek 2025-09-16 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1947.52 kcal; Białko ogółem: 82.32 g; Tłuszcz: 92.29 g; Węglowodany ogółem: 190.13 g; Sól: 2.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.66 g; suma cukrów prostych: 103.44 g; Błonnik pokarmowy: 8.97 g;

wtorek 2025-09-16 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350g (1,2), mus warzywno-owocowy 100g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2520.87 kcal; Białko ogółem: 106.41 g; Tłuszcz: 73.80 g; Węglowodany ogółem: 365.96 g; Sól: 2.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.04 g; suma cukrów prostych: 105.41 g; Błonnik pokarmowy: 32.67 g;

wtorek 2025-09-16 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, pomarańcza 1 szt, Ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek konserwowy 100g*, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Biszkoty bez cukru 30g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2489.58 kcal; Białko ogółem: 100.92 g; Tłuszcz: 79.92 g; Węglowodany ogółem: 348.00 g; Sól: 4.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.86 g; suma cukrów prostych: 66.79 g; Błonnik pokarmowy: 40.23 g;

wtorek 2025-09-16 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350ml (1,2), rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Biszkoty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2632.63 kcal; Białko ogółem: 118.63 g; Tłuszcz: 66.11 g; Węglowodany ogółem: 405.96 g; Sól: 2.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.39 g; suma cukrów prostych: 100.93 g; Błonnik pokarmowy: 38.42 g;

wtorek 2025-09-16 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), rzodkiewka 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane b/mąki 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1952.03 kcal; Białko ogółem: 93.89 g; Tłuszcz: 44.57 g; Węglowodany ogółem: 300.45 g; Sól: 3.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.30 g; suma cukrów prostych: 90.17 g; Błonnik pokarmowy: 25.38 g;

wtorek 2025-09-16 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka 100g, filet pieczony z indyka 60g , kleik z kaszy manny 350ml(1), rukola 5g,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane b/mleka 120g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 50g*, pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2122.31 kcal; Białko ogółem: 95.98 g; Tłuszcz: 27.63 g; Węglowodany ogółem: 378.58 g; Sól: 3.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.78 g; suma cukrów prostych: 72.56 g; Błonnik pokarmowy: 32.07 g;

wtorek 2025-09-16 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350g (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: arbuz 150g*,	Posiłek nocny: Biszkoty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

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

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-09-16		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, ser żółty 60g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynki 150g, buraczki gotowane 120g (1,2), Ryż z jabłkami 350g.*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Biszkoty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

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

wtorek 2025-09-16		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, pomarańcza 1 szt, Ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g , chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , twaróg krajanka 70g (2), ogórek konserwowy 100g*, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Biszkoty bez cukru 30g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

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

wtorek 2025-09-16		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350ml (1,2), twaróg 70g (2), rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g , jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
		Posiłek nocny: Biszkoty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

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

wtorek 2025-09-16		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Biszkoty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

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

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), papryka św. 100g , Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g (1), roszponka 5g .	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Gulasz z kaczki 150g(1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g , Surówka z pora i jabłka 120g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g,
	Podwieczerek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2558.91 kcal; Białko ogółem: 106.80 g; Tłuszcz: 84.36 g; Węglowodany ogółem: 351.09 g; Sól: 2.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.50 g; suma cukrów prostych: 95.42 g; Błonnik pokarmowy: 33.83 g;

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Gulasz z kaczki 150g(1,13), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2414.66 kcal; Białko ogółem: 107.26 g; Tłuszcz: 80.67 g; Węglowodany ogółem: 324.78 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.92 g; suma cukrów prostych: 74.33 g; Błonnik pokarmowy: 28.67 g;

środa 2025-09-17 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), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Gulasz z kaczki 150g(1,13), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , rzodkiewka 100g, twarożek 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2328.96 kcal; Białko ogółem: 116.30 g; Tłuszcz: 75.94 g; Węglowodany ogółem: 304.38 g; Sól: 2.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.74 g; suma cukrów prostych: 77.94 g; Błonnik pokarmowy: 28.09 g;

środa 2025-09-17 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), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , rzodkiewka 100g, twarożek 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

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

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, twarożek 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2355.03 kcal; Białko ogółem: 115.32 g; Tłuszcz: 65.38 g; Węglowodany ogółem: 335.82 g; Sól: 3.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.94 g; suma cukrów prostych: 78.85 g; Błonnik pokarmowy: 27.79 g;

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Gulasz z kaczki 150g(1,13), brokuły z wody 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g, twarożek 70g (2),
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2546.16 kcal; Białko ogółem: 135.62 g; Tłuszcz: 81.40 g; Węglowodany ogółem: 326.97 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.32 g; suma cukrów prostych: 77.13 g; Błonnik pokarmowy: 27.60 g;

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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

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

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Masło 15g*(2), bukiet warzyw dieta 150 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

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

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), mus warzywno-owocowy 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkopty bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2495.33 kcal; Białko ogółem: 106.57 g; Tłuszcz: 74.44 g; Węglowodany ogółem: 355.47 g; Sól: 2.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.78 g; suma cukrów prostych: 80.92 g; Błonnik pokarmowy: 29.88 g;

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), papryka św. 100g , rozszponka 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Gulasz z kaczki 150g(1,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Surówka z pora i jabłka 120g*, gruszka 1 szt., ziemniaki 200g ,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2363.96 kcal; Białko ogółem: 98.97 g; Tłuszcz: 78.72 g; Węglowodany ogółem: 324.59 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.52 g; suma cukrów prostych: 68.87 g; Błonnik pokarmowy: 38.19 g;

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Gulasz z kaczki 150g(1,13), Surówka z pora i jabłka 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), rzodkiewka 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2525.26 kcal; Białko ogółem: 109.20 g; Tłuszcz: 87.27 g; Węglowodany ogółem: 339.34 g; Sól: 2.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.93 g; suma cukrów prostych: 89.95 g; Błonnik pokarmowy: 37.93 g;

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Herbata z cukrem 250ml*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Ziemniaki 200g*, Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane b/mąki 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2),, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: wafle ryżowe 60g(9), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

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

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , polędwica sopocka 50g(1,8), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane b/mąki 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, miód 1 szt.(25g), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2220.99 kcal; Białko ogółem: 84.21 g; Tłuszcz: 42.88 g; Węglowodany ogółem: 372.63 g; Sól: 4.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.10 g; suma cukrów prostych: 90.42 g; Błonnik pokarmowy: 30.33 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Gulasz z kaczki 150g(1,13), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2291.56 kcal; Białko ogółem: 107.76 g; Tłuszcz: 67.82 g; Węglowodany ogółem: 321.83 g; Sól: 2.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.77 g; suma cukrów prostych: 72.58 g; Błonnik pokarmowy: 27.60 g;

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kaszotto jarskie dieta 250g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2499.43 kcal; Białko ogółem: 95.15 g; Tłuszcz: 85.10 g; Węglowodany ogółem: 345.36 g; Sól: 2.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.84 g; suma cukrów prostych: 80.19 g; Błonnik pokarmowy: 33.91 g;

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g, papryka św. 100g, pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rozspanka 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, Gulasz z kaczki 150g(1,13), Surówka z pora i jabłka 120g*, gruszka 1 szt., ziemniaki 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g (1), margaryna roślinna lactima 10g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka 100g, rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2600.86 kcal; Białko ogółem: 114.71 g; Tłuszcz: 75.28 g; Węglowodany ogółem: 373.42 g; Sól: 2.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.52 g; suma cukrów prostych: 97.23 g; Błonnik pokarmowy: 34.13 g;

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Gulasz z kaczki 150g(1,13), bukiet warzyw królewski 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, rzodkiewka 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g, twaróg 70g (2), szynka konserwowa 50g (8),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2752.96 kcal; Białko ogółem: 143.18 g; Tłuszcz: 103.54 g; Węglowodany ogółem: 315.79 g; Sól: 3.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.56 g; suma cukrów prostych: 88.77 g; Błonnik pokarmowy: 27.57 g;

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), jabłko deserowe 1 szt., Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Gulasz z kaczki 150g(1,13), bukiet warzyw królewski 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, rzodkiewka 100g, twaróg 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2503.91 kcal; Białko ogółem: 109.59 g; Tłuszcz: 83.10 g; Węglowodany ogółem: 337.30 g; Sól: 2.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.93 g; suma cukrów prostych: 102.08 g; Błonnik pokarmowy: 35.12 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-09-18 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z sałaty,pomidora i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 50g (1), schabowa kanapkowa 50g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), brukselka z bułką tartą 120g(1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), ogórek kiszony 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2435.94 kcal; Białko ogółem: 109.05 g; Tłuszcz: 88.19 g; Węglowodany ogółem: 311.78 g; Sól: 5.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.54 g; suma cukrów prostych: 70.59 g; Błonnik pokarmowy: 27.40 g;

czwartek 2025-09-18 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

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

czwartek 2025-09-18 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

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

czwartek 2025-09-18 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), marchew gotowana 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

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

czwartek 2025-09-18 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), marchew gotowana 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

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

czwartek 2025-09-18 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, szynka konserwowa 50g (8), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

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

czwartek 2025-09-18 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Jadłospisy dla oddziałów

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

czwartek 2025-09-18 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

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

czwartek 2025-09-18 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Napój roślinny 330g*,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 30g (1,3),

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

czwartek 2025-09-18 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata b/c 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z sałaty, pomidora i pestkami dyni 100g*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , Udko gotowane 1szt 200g,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka konserwowa 50g (8), ogórek kiszony 100g, rozszponka 5g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt. 15g (1),

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

czwartek 2025-09-18 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), brukselka z bułką tartą 120g(1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rozszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt. 15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2461.00 kcal; Białko ogółem: 107.77 g; Tłuszcz: 72.38 g; Węglowodany ogółem: 356.43 g; Sól: 3.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.63 g; suma cukrów prostych: 80.26 g; Błonnik pokarmowy: 42.50 g;

czwartek 2025-09-18 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog. naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki 350ml(2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, pomidor 100g, szynka konserwowa 50g (8), rozszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2109.57 kcal; Białko ogółem: 77.11 g; Tłuszcz: 69.09 g; Węglowodany ogółem: 302.84 g; Sól: 3.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.29 g; suma cukrów prostych: 83.96 g; Błonnik pokarmowy: 28.62 g;

czwartek 2025-09-18 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), filet pieczony z indyka 60g ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rozszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2100.47 kcal; Białko ogółem: 100.93 g; Tłuszcz: 54.79 g; Węglowodany ogółem: 308.12 g; Sól: 3.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.70 g; suma cukrów prostych: 68.66 g; Błonnik pokarmowy: 31.20 g;

czwartek 2025-09-18 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rozszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt. 15g (1),

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

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-09-18		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

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

czwartek 2025-09-18		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Sałatka z sałaty, pomidora i pestkami dyni 100g*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), Ryż na mleku 350 ml*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, jabłko deserowe 1 szt. , Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g (1), szynka konserwowa 50g (8), ogórek kiszony 100g, roszonek 5g , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

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

czwartek 2025-09-18		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, Ser żółty 50g(2), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

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

czwartek 2025-09-18		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Kisiel 250g,	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

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

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, kakao 250ml (1,2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), rozszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2633.59 kcal; Białko ogółem: 118.22 g; Tłuszcz: 63.97 g; Węglowodany ogółem: 408.01 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.83 g; suma cukrów prostych: 124.48 g; Błonnik pokarmowy: 30.66 g;

piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rozszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2334.19 kcal; Białko ogółem: 100.32 g; Tłuszcz: 64.95 g; Węglowodany ogółem: 344.53 g; Sól: 3.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.66 g; suma cukrów prostych: 115.44 g; Błonnik pokarmowy: 24.82 g;

piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g (2), pomidor 100g, rozszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki b/soli 200g m, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g 3 kromki , rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2400.63 kcal; Białko ogółem: 85.35 g; Tłuszcz: 71.79 g; Węglowodany ogółem: 361.48 g; Sól: 2.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.95 g; suma cukrów prostych: 117.83 g; Błonnik pokarmowy: 27.08 g;

piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. 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), pomidor 100g, rozszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g 3 kromki , rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2362.38 kcal; Białko ogółem: 94.37 g; Tłuszcz: 57.54 g; Węglowodany ogółem: 377.10 g; Sól: 3.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.54 g; suma cukrów prostych: 102.45 g; Błonnik pokarmowy: 31.43 g;

piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g (2), pomidor 100g, rozszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2481.96 kcal; Białko ogółem: 96.45 g; Tłuszcz: 69.09 g; Węglowodany ogółem: 377.81 g; Sól: 2.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.20 g; suma cukrów prostych: 100.94 g; Błonnik pokarmowy: 28.27 g;

piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g (2), rozszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), pomidor 100g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2744.69 kcal; Białko ogółem: 123.17 g; Tłuszcz: 71.55 g; Węglowodany ogółem: 413.03 g; Sól: 3.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.51 g; suma cukrów prostych: 122.71 g; Błonnik pokarmowy: 30.82 g;

piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kakao 250ml (1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, szpinak gotowany 150g (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g,

Jadłospisy dla oddziałów

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

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

piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

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

piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), Szpinak gotowany 120g(2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

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

piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kakao b/c 250ml (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), kiwi 1szt., Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2143.76 kcal; Białko ogółem: 108.99 g; Tłuszcz: 69.07 g; Węglowodany ogółem: 275.38 g; Sól: 2.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.16 g; suma cukrów prostych: 53.44 g; Błonnik pokarmowy: 36.04 g;

piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), pomidor 100g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), surówka meksykańska 120g (3,11,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2827.64 kcal; Białko ogółem: 118.02 g; Tłuszcz: 71.65 g; Węglowodany ogółem: 442.21 g; Sól: 3.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.69 g; suma cukrów prostych: 122.81 g; Błonnik pokarmowy: 39.60 g;

piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), pomidor 100g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), filet z dorsza parowany 100g (4,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rukola 5g, filet pieczony z indyka 60g , rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),

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

piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g , pomidor 100g,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak 120 g, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, rukola 5g, rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2091.79 kcal; Białko ogółem: 72.29 g; Tłuszcz: 33.66 g; Węglowodany ogółem: 378.06 g; Sól: 3.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.22 g; suma cukrów prostych: 107.57 g; Błonnik pokarmowy: 32.64 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-09-19		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2216.79 kcal; Białko ogółem: 100.18 g; Tłuszcz: 52.08 g; Węglowodany ogółem: 344.29 g; Sól: 3.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.51 g; suma cukrów prostych: 115.23 g; Błonnik pokarmowy: 24.82 g;

piątek 2025-09-19		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, ser żółty 60g (2), rzodkiewka 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2596.49 kcal; Białko ogółem: 117.71 g; Tłuszcz: 86.30 g; Węglowodany ogółem: 345.04 g; Sól: 3.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.84 g; suma cukrów prostych: 116.90 g; Błonnik pokarmowy: 24.82 g;

piątek 2025-09-19		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g, Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, kakao 250ml (1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), kiwi 1szt., Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 50g (1), margaryna roślinna lactima 10g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2284.37 kcal; Białko ogółem: 120.21 g; Tłuszcz: 63.37 g; Węglowodany ogółem: 308.41 g; Sól: 3.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.55 g; suma cukrów prostych: 81.59 g; Błonnik pokarmowy: 28.38 g;

piątek 2025-09-19		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), pomidor 100g, szynka piastowska 50g(8), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, rukola 5g, ser żółty 60g (2), twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2699.29 kcal; Białko ogółem: 131.50 g; Tłuszcz: 97.07 g; Węglowodany ogółem: 319.39 g; Sól: 3.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.94 g; suma cukrów prostych: 115.39 g; Błonnik pokarmowy: 21.74 g;

piątek 2025-09-19		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka piastowska 50g(8), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2114.94 kcal; Białko ogółem: 95.01 g; Tłuszcz: 63.63 g; Węglowodany ogółem: 295.56 g; Sól: 2.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.13 g; suma cukrów prostych: 92.19 g; Błonnik pokarmowy: 21.17 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-09-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 50g (1),	Krupnik 350ml(1,8,13), sos spaghetti 180g z mięsem i warzywami* (1,13), brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron 200g (1,3),	Masło 15g*(2), herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta rybna z twarogiem 70g (2,4), papryka św. 100g , roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Grejfrut 1/2 szt ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2458.27 kcal; Białko ogółem: 101.03 g; Tłuszcz: 71.68 g; Węglowodany ogółem: 361.92 g; Sól: 1.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.26 g; suma cukrów prostych: 87.55 g; Błonnik pokarmowy: 35.00 g;

sobota 2025-09-20 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Sałatka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuly z wody 120 g, Makaron z sosem mięsno-warzywnym 350g m (1,3,13),	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2348.90 kcal; Białko ogółem: 89.50 g; Tłuszcz: 67.80 g; Węglowodany ogółem: 355.73 g; Sól: 2.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.39 g; suma cukrów prostych: 82.23 g; Błonnik pokarmowy: 30.08 g;

sobota 2025-09-20 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z sosem mięsno-warzywnym 350g m (1,3,13), bukiet warzyw dieta 120g,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2357.25 kcal; Białko ogółem: 96.73 g; Tłuszcz: 72.19 g; Węglowodany ogółem: 334.59 g; Sól: 1.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.39 g; suma cukrów prostych: 83.28 g; Błonnik pokarmowy: 29.74 g;

sobota 2025-09-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z sosem mięsno-warzywnym 350g m (1,3,13), bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 200g*,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , twarózek 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2539.70 kcal; Białko ogółem: 102.08 g; Tłuszcz: 64.98 g; Węglowodany ogółem: 399.23 g; Sól: 1.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.93 g; suma cukrów prostych: 86.76 g; Błonnik pokarmowy: 34.58 g;

sobota 2025-09-20 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z sosem mięsno-warzywnym 350g m (1,3,13), bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 200g*,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), papryka św. 100g , roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2744.90 kcal; Białko ogółem: 100.06 g; Tłuszcz: 75.81 g; Węglowodany ogółem: 424.00 g; Sól: 2.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.28 g; suma cukrów prostych: 87.79 g; Błonnik pokarmowy: 36.36 g;

sobota 2025-09-20 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Rzodkiew biała 100g , serek homo owocowy 70g (2), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Makaron z sosem mięsno-warzywnym 350g m (1,3,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2706.80 kcal; Białko ogółem: 114.58 g; Tłuszcz: 85.02 g; Węglowodany ogółem: 370.55 g; Sól: 2.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.77 g; suma cukrów prostych: 95.79 g; Błonnik pokarmowy: 30.32 g;

sobota 2025-09-20 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200 g, Masło 10g(2),	herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), masło 10g - 1 szt. (2),

Jadłospisy dla oddziałów

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

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

sobota 2025-09-20 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200 g, Jarzynka gotowana 150g*,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Ryż na ml, jajo.masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

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

sobota 2025-09-20 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroz. 250ml*,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopt bez cukru 30g (1,3),

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

sobota 2025-09-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), gruszka 1 szt., Grejfrut 1/2 szt , Kompot z owoców mroz.b/c 250ml*, Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 350g (1,2,13), brokuly z wody 120 g,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pasta rybna z twarogiem 70g (2,4), papryka św. 100g , roszonek 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2366.71 kcal; Białko ogółem: 113.11 g; Tłuszcz: 58.20 g; Węglowodany ogółem: 357.40 g; Sól: 1.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.81 g; suma cukrów prostych: 90.31 g; Błonnik pokarmowy: 43.29 g;

sobota 2025-09-20 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, brokuly z wody 120 g, gruszka 1 szt., Makaron z sosem mięsno-warzywnym 350g m (1,3,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2429.85 kcal; Białko ogółem: 93.71 g; Tłuszcz: 62.93 g; Węglowodany ogółem: 386.36 g; Sól: 1.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.57 g; suma cukrów prostych: 84.87 g; Błonnik pokarmowy: 37.52 g;

sobota 2025-09-20 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Ryż na mleku 350 ml*(2), czarnuszka 2g,	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Jajko sadzone 1szt*(3), bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

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

sobota 2025-09-20 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., poledwica sopocka 50g(1,8), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami b/ml 350ml (1,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g,	herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, schab na kartki 50g*, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 20g(9), Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1926.05 kcal; Białko ogółem: 81.49 g; Tłuszcz: 40.34 g; Węglowodany ogółem: 288.37 g; Sól: 2.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.58 g; suma cukrów prostych: 70.88 g; Błonnik pokarmowy: 28.08 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-09-20		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Rzodkiew biała 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Makaron z sosem mięsno-warzywnym 350g m (1,3,13),	herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2124.45 kcal; Białko ogółem: 88.57 g; Tłuszcz: 43.81 g; Węglowodany ogółem: 354.80 g; Sól: 2.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.71 g; suma cukrów prostych: 81.56 g; Błonnik pokarmowy: 30.32 g;

sobota 2025-09-20		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Rzodkiew biała 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana 100g,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszponka 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

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

sobota 2025-09-20		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka 100g, rukola 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Grejfrut 1/2 szt, Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 350g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 50g (1), Pasta rybna z twarogiem 70g (2,4), papryka św. 100g, roszponka 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2367.91 kcal; Białko ogółem: 111.82 g; Tłuszcz: 51.28 g; Węglowodany ogółem: 370.91 g; Sól: 2.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.99 g; suma cukrów prostych: 107.03 g; Błonnik pokarmowy: 34.43 g;

sobota 2025-09-20		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Rzodkiew biała 100g, Twaróg 100g (2), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, bukiet warzyw dieta 120g, Makaron z sosem mięsno-warzywnym 350g m (1,3,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszponka 5g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2732.80 kcal; Białko ogółem: 118.74 g; Tłuszcz: 85.70 g; Węglowodany ogółem: 370.99 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.51 g; suma cukrów prostych: 113.33 g; Błonnik pokarmowy: 30.14 g;

sobota 2025-09-20		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), jabłko deserowe 1 szt. , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, mandarynka 1 szt., Makaron z sosem mięsno-warzywnym 350g m (1,3,13),	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, papryka św. 100g, ser żółty 60g (2), roszponka 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2464.25 kcal; Białko ogółem: 103.42 g; Tłuszcz: 78.06 g; Węglowodany ogółem: 346.91 g; Sól: 2.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.83 g; suma cukrów prostych: 96.57 g; Błonnik pokarmowy: 29.58 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z ogórka, salaty zielonej i nasionami słonecznika 100g*, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350ml (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka panier. 100g*(1,3,13), Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 100g+(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 30g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2990.80 kcal; Białko ogółem: 108.39 g; Tłuszcz: 108.06 g; Węglowodany ogółem: 404.07 g; Sól: 5.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.16 g; suma cukrów prostych: 105.25 g; Błonnik pokarmowy: 31.07 g;

niedziela 2025-09-21 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 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), kasza manna na mleku 350ml (1,2), roszponka 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2687.92 kcal; Białko ogółem: 118.94 g; Tłuszcz: 80.94 g; Węglowodany ogółem: 381.50 g; Sól: 3.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.10 g; suma cukrów prostych: 109.34 g; Błonnik pokarmowy: 37.61 g;

niedziela 2025-09-21 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), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Gryskowa 300ml (1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki b/soli 200g m, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2277.78 kcal; Białko ogółem: 107.88 g; Tłuszcz: 59.84 g; Węglowodany ogółem: 334.86 g; Sól: 3.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.83 g; suma cukrów prostych: 103.94 g; Błonnik pokarmowy: 32.41 g;

niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2616.75 kcal; Białko ogółem: 108.56 g; Tłuszcz: 80.69 g; Węglowodany ogółem: 374.07 g; Sól: 3.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.91 g; suma cukrów prostych: 102.73 g; Błonnik pokarmowy: 36.24 g;

niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony talarci 100g, roszponka 5g , kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*. Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2511.65 kcal; Białko ogółem: 111.86 g; Tłuszcz: 66.55 g; Węglowodany ogółem: 375.37 g; Sól: 2.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.38 g; suma cukrów prostych: 104.28 g; Błonnik pokarmowy: 34.35 g;

niedziela 2025-09-21 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), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twaróg 100g (2), rukola 5g, serek homo owocowy 70g (2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*. Biskvoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2860.79 kcal; Białko ogółem: 149.26 g; Tłuszcz: 83.25 g; Węglowodany ogółem: 389.04 g; Sól: 3.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.24 g; suma cukrów prostych: 121.40 g; Błonnik pokarmowy: 37.31 g;

niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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

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

niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmieńne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

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

niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Jarzynka gotowana 100g * (1,2,13), Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2666.94 kcal; Białko ogółem: 112.41 g; Tłuszcz: 77.61 g; Węglowodany ogółem: 386.79 g; Sól: 2.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.80 g; suma cukrów prostych: 129.17 g; Błonnik pokarmowy: 30.27 g;

niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Sałatka z ogórka, sałaty zielonej i nasionami słonecznika 100g*, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 100g+(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2654.17 kcal; Białko ogółem: 119.28 g; Tłuszcz: 100.04 g; Węglowodany ogółem: 321.28 g; Sól: 4.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.95 g; suma cukrów prostych: 62.06 g; Błonnik pokarmowy: 37.32 g;

niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony talarki 100g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2711.09 kcal; Białko ogółem: 120.43 g; Tłuszcz: 78.79 g; Węglowodany ogółem: 394.59 g; Sól: 3.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.77 g; suma cukrów prostych: 110.18 g; Błonnik pokarmowy: 44.94 g;

niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), mandarynka 1 szt., chleb b/glutenowy 3 kromki, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9),

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

niedziela 2025-09-21 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 100g, schab na kartki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	miód 1 szt.(25g), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), mandarynka 1 szt.,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

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

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-09-21		
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 100g, twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350ml (1,2), roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	serek homog.naturalny 70g. (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2364.19 kcal; Białko ogółem: 121.14 g; Tłuszcz: 45.60 g; Węglowodany ogółem: 377.71 g; Sól: 2.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.62 g; suma cukrów prostych: 110.36 g; Błonnik pokarmowy: 37.25 g;

niedziela 2025-09-21		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g , kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2614.30 kcal; Białko ogółem: 89.77 g; Tłuszcz: 75.70 g; Węglowodany ogółem: 400.84 g; Sól: 2.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.77 g; suma cukrów prostych: 116.46 g; Błonnik pokarmowy: 35.10 g;

niedziela 2025-09-21		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), szynka konserwowa 50g (8), Sałatka z ogórka, sałaty zielonej i nasionami słonecznika 100g*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 100g+(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 50g (1), pomidor 100g, margaryna roślinna lactima 10g , rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2720.32 kcal; Białko ogółem: 132.43 g; Tłuszcz: 77.41 g; Węglowodany ogółem: 373.27 g; Sól: 5.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.37 g; suma cukrów prostych: 108.28 g; Błonnik pokarmowy: 30.98 g;

niedziela 2025-09-21		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rzodkiewka 100g, Parówka na gorąco 1szt-60g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, ser żółty 60g (2), rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3122.39 kcal; Białko ogółem: 147.03 g; Tłuszcz: 113.55 g; Węglowodany ogółem: 377.43 g; Sól: 4.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 55.05 g; suma cukrów prostych: 109.30 g; Błonnik pokarmowy: 37.31 g;

niedziela 2025-09-21		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Parówka na gorąco 1szt-60g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	ser żółty 60g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 50g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczorek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2572.14 kcal; Białko ogółem: 110.50 g; Tłuszcz: 85.82 g; Węglowodany ogółem: 349.28 g; Sól: 3.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.14 g; suma cukrów prostych: 82.94 g; Błonnik pokarmowy: 36.34 g;

Dietetyk

.....