

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-09-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250 g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Fasolowa z ziemniakami 350ml* (1,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), salata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), ogórek zielony talarki 100g, Pasztecik z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2725.24 kcal; Białko ogółem: 82.86 g; Tłuszcz: 75.97 g; Węglowodany ogółem: 434.66 g; Sól: 2.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.22 g; suma cukrów prostych: 122.52 g; Błonnik pokarmowy: 27.36 g;

poniedziałek 2025-09-29 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250 g, Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, roszonek 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2435.85 kcal; Białko ogółem: 67.31 g; Tłuszcz: 61.60 g; Węglowodany ogółem: 406.15 g; Sól: 1.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.74 g; suma cukrów prostych: 122.90 g; Błonnik pokarmowy: 21.35 g;

poniedziałek 2025-09-29 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), salata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Knedle z truskawkami 350g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2528.25 kcal; Białko ogółem: 80.40 g; Tłuszcz: 64.89 g; Węglowodany ogółem: 408.74 g; Sól: 1.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.70 g; suma cukrów prostych: 125.14 g; Błonnik pokarmowy: 21.35 g;

poniedziałek 2025-09-29 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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Ziemniaczana b/ml. 350ml. (1,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2378.97 kcal; Białko ogółem: 91.35 g; Tłuszcz: 60.10 g; Węglowodany ogółem: 378.68 g; Sól: 2.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.41 g; suma cukrów prostych: 104.41 g; Błonnik pokarmowy: 28.34 g;

poniedziałek 2025-09-29 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Ziemniaczana b/ml. 350ml. (1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), roszonek 5g , rzodkiewka 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (8),

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

poniedziałek 2025-09-29 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homo waniliowy 70g*(2), rukola 5g, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, szynka piastowska 50g(8), roszonek 5g , twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2509.72 kcal; Białko ogółem: 110.65 g; Tłuszcz: 71.79 g; Węglowodany ogółem: 365.69 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.78 g; suma cukrów prostych: 113.59 g; Błonnik pokarmowy: 28.32 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-09-29		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata z cukrem 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g,	Ryżowa 400ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

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

poniedziałek 2025-09-29		Jadłospis dla diety: Płynna XIII
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Jarzynka gotowana 150g*, masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

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

poniedziałek 2025-09-29		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

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

poniedziałek 2025-09-29		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI
Herbata b/c 250 g, chleb żytni 90g(1) 3 kromki, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Jajko w sosie koperkowym 1 szt (1,2,3), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, śliwka 2szt., ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony talarki 100g, roszonek 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: podplomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2140.15 kcal; Białko ogółem: 68.14 g; Tłuszcz: 74.37 g; Węglowodany ogółem: 307.82 g; Sól: 2.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.38 g; suma cukrów prostych: 45.75 g; Błonnik pokarmowy: 34.43 g;

poniedziałek 2025-09-29		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V
Herbata b/c 250 g, chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, roszonek 5g,
	Podwieczorek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2232.72 kcal; Białko ogółem: 86.68 g; Tłuszcz: 69.48 g; Węglowodany ogółem: 325.79 g; Sól: 2.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.81 g; suma cukrów prostych: 52.80 g; Błonnik pokarmowy: 35.09 g;

poniedziałek 2025-09-29		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g, ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2197.47 kcal; Białko ogółem: 88.98 g; Tłuszcz: 63.26 g; Węglowodany ogółem: 328.65 g; Sól: 2.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.94 g; suma cukrów prostych: 110.95 g; Błonnik pokarmowy: 24.32 g;

poniedziałek 2025-09-29		Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, filet pieczony z indyka 60g, pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, roszonek 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1990.17 kcal; Białko ogółem: 68.14 g; Tłuszcz: 39.69 g; Węglowodany ogółem: 345.16 g; Sól: 1.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.90 g; suma cukrów prostych: 103.30 g; Błonnik pokarmowy: 34.73 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-09-29			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), rukola 5g,		Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g, Knedle z truskawkami 350g (1),		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2264.05 kcal; Białko ogółem: 67.06 g; Tłuszcz: 42.72 g; Węglowodany ogółem: 405.90 g; Sól: 1.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.45 g; suma cukrów prostych: 122.69 g; Błonnik pokarmowy: 21.35 g;

poniedziałek 2025-09-29			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), rukola 5g, pomidor 100g, kasza manna na mleku 350ml (1,2),		Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g,		Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszonek 5g ,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2678.75 kcal; Białko ogółem: 92.16 g; Tłuszcz: 67.83 g; Węglowodany ogółem: 428.03 g; Sól: 2.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.46 g; suma cukrów prostych: 144.15 g; Błonnik pokarmowy: 21.35 g;

poniedziałek 2025-09-29			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), kasza manna na mleku 350ml (1,2),		Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, śliwka 2szt., Knedle z truskawkami 350g (1),		kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , szynka piastowska 50g(8), ogórek zielony talarki 100g, Herbata bez cukru 250g, roszonek 5g ,	
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,		Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt. 15g (1),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2141.20 kcal; Białko ogółem: 70.89 g; Tłuszcz: 51.90 g; Węglowodany ogółem: 349.80 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.46 g; suma cukrów prostych: 76.87 g; Błonnik pokarmowy: 17.31 g;

poniedziałek 2025-09-29			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), rukola 5g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), ser żółty 60g (2),		Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g, arbuż 200g, Knedle z truskawkami 350g (1),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, szynka piastowska 50g(8), roszonek 5g , twaróg krajanka 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3),	
				Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3053.65 kcal; Białko ogółem: 123.90 g; Tłuszcz: 103.39 g; Węglowodany ogółem: 397.50 g; Sól: 2.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.34 g; suma cukrów prostych: 119.20 g; Błonnik pokarmowy: 18.65 g;

poniedziałek 2025-09-29			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350ml (1,2),		Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Knedle z truskawkami 350g (1),		Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2532.85 kcal; Białko ogółem: 80.41 g; Tłuszcz: 64.30 g; Węglowodany ogółem: 411.25 g; Sól: 1.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.38 g; suma cukrów prostych: 130.30 g; Błonnik pokarmowy: 21.05 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-09-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Sałatka z białej rzodkwi z rozspinką i czarnuszką 100g*	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*	rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g, Masło 15g*(2),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2741.14 kcal; Białko ogółem: 116.92 g; Tłuszcz: 83.77 g; Węglowodany ogółem: 390.96 g; Sól: 2.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.37 g; suma cukrów prostych: 111.97 g; Błonnik pokarmowy: 35.56 g;

wtorek 2025-09-30 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozspinką i czarnuszką 100g*	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2523.72 kcal; Białko ogółem: 109.08 g; Tłuszcz: 65.10 g; Węglowodany ogółem: 384.35 g; Sól: 2.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.44 g; suma cukrów prostych: 104.73 g; Błonnik pokarmowy: 33.83 g;

wtorek 2025-09-30 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozspinką i czarnuszką 100g*	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, schab duszony 80g w sosie własnym (1),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2533.28 kcal; Białko ogółem: 114.80 g; Tłuszcz: 62.97 g; Węglowodany ogółem: 385.75 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.49 g; suma cukrów prostych: 106.45 g; Błonnik pokarmowy: 33.83 g;

wtorek 2025-09-30 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), pomidor 100g, rozspinka 5g ,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Filet z kurczaka gotowany 80g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2338.52 kcal; Białko ogółem: 110.58 g; Tłuszcz: 62.97 g; Węglowodany ogółem: 342.07 g; Sól: 1.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.45 g; suma cukrów prostych: 106.20 g; Błonnik pokarmowy: 30.84 g;

wtorek 2025-09-30 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozspinką i czarnuszką 100g*	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z kurczaka gotowany 80g,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2335.18 kcal; Białko ogółem: 108.89 g; Tłuszcz: 55.07 g; Węglowodany ogółem: 360.81 g; Sól: 2.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.14 g; suma cukrów prostych: 86.39 g; Błonnik pokarmowy: 35.95 g;

wtorek 2025-09-30 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozspinką i czarnuszką 100g*	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, schab duszony 80g w sosie własnym (1), ziemniaki 200g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2433.08 kcal; Białko ogółem: 114.98 g; Tłuszcz: 60.77 g; Węglowodany ogółem: 365.35 g; Sól: 2.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.85 g; suma cukrów prostych: 85.45 g; Błonnik pokarmowy: 33.83 g;

wtorek 2025-09-30 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Jarzynka gotowana 150g*, Mięso mielone drobiowe 90g*,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2587.97 kcal; Białko ogółem: 117.89 g; Tłuszcz: 78.85 g; Węglowodany ogółem: 358.31 g; Sól: 3.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.26 g; suma cukrów prostych: 117.77 g; Błonnik pokarmowy: 31.24 g;

wtorek 2025-09-30 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Masło 15g*(2), bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2506.24 kcal; Białko ogółem: 96.07 g; Tłuszcz: 96.10 g; Węglowodany ogółem: 310.45 g; Sól: 2.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.06 g; suma cukrów prostych: 139.73 g; Błonnik pokarmowy: 21.61 g;

wtorek 2025-09-30 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2869.52 kcal; Białko ogółem: 116.79 g; Tłuszcz: 88.22 g; Węglowodany ogółem: 400.62 g; Sól: 2.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.27 g; suma cukrów prostych: 126.65 g; Błonnik pokarmowy: 33.35 g;

wtorek 2025-09-30 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Sałatka z białej rzodkwi z roszyką i czarnuszką 100g*,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Ziemniaki 200g*, schab duszony 80g w sosie własnym (1), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, jabłko deserowe 1 szt. , Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 15g*(2), rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , Herbata z cukrem 250ml*,
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Biszkopt bez cukru 30g (1,3),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2321.67 kcal; Białko ogółem: 101.14 g; Tłuszcz: 63.76 g; Węglowodany ogółem: 352.46 g; Sól: 2.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.98 g; suma cukrów prostych: 56.52 g; Błonnik pokarmowy: 39.99 g;

wtorek 2025-09-30 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszyką i czarnuszką 100g*,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, schab duszony 80g w sosie własnym (1),	kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pomidor 100g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2719.95 kcal; Białko ogółem: 117.19 g; Tłuszcz: 58.71 g; Węglowodany ogółem: 441.01 g; Sól: 2.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.54 g; suma cukrów prostych: 109.98 g; Błonnik pokarmowy: 41.29 g;

wtorek 2025-09-30 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Herbata z cukrem 250ml*, Sałatka z białej rzodkwi z roszyką i czarnuszką 100g*, chleb b/glutenowy 3 kromki,	ziemniaczana b-mąki350ml,(2,8,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	chleb b/glutenowy 3 kromki, rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, szynka na kartki 50g*, pomidor 100g, Masło 15g*(2),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2047.05 kcal; Białko ogółem: 82.81 g; Tłuszcz: 59.50 g; Węglowodany ogółem: 297.69 g; Sól: 2.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.80 g; suma cukrów prostych: 82.69 g; Błonnik pokarmowy: 29.29 g;

wtorek 2025-09-30 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , dżem 50g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Sałatka z białej rzodkwi z roszyką i czarnuszką 100g*,	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, schab duszony 80g w sosie własnym (1),	kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, filet pieczony z indyka 60g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2144.63 kcal; Białko ogółem: 82.04 g; Tłuszcz: 39.95 g; Węglowodany ogółem: 374.39 g; Sól: 1.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.69 g; suma cukrów prostych: 89.95 g; Błonnik pokarmowy: 34.87 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-09-30			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twarożek 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, schab duszony 80g w sosie własnym (1),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, Herbata z cukrem 250g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2),			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2450.67 kcal; Białko ogółem: 114.80 g; Tłuszcz: 51.55 g; Węglowodany ogółem: 390.80 g; Sól: 2.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.02 g; suma cukrów prostych: 111.52 g; Błonnik pokarmowy: 33.83 g;

wtorek 2025-09-30			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Jajko sadzone 1szt*(3),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2519.27 kcal; Białko ogółem: 95.70 g; Tłuszcz: 70.22 g; Węglowodany ogółem: 379.25 g; Sól: 3.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.25 g; suma cukrów prostych: 106.60 g; Błonnik pokarmowy: 33.61 g;

wtorek 2025-09-30			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), papryka św. 100g ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2409.50 kcal; Białko ogółem: 110.14 g; Tłuszcz: 63.92 g; Węglowodany ogółem: 361.91 g; Sól: 2.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.61 g; suma cukrów prostych: 107.39 g; Błonnik pokarmowy: 30.63 g;

wtorek 2025-09-30			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, schab duszony 80g w sosie własnym (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, ser żółty 60g (2),			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3002.08 kcal; Białko ogółem: 137.94 g; Tłuszcz: 100.02 g; Węglowodany ogółem: 385.41 g; Sól: 3.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.99 g; suma cukrów prostych: 104.59 g; Błonnik pokarmowy: 33.83 g;

wtorek 2025-09-30			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*	Zupa krem z dyni z pestkami dyni 350ml (1,2,13)*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, schab duszony 80g w sosie własnym (1),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g,			
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2384.43 kcal; Białko ogółem: 101.12 g; Tłuszcz: 60.42 g; Węglowodany ogółem: 367.89 g; Sól: 2.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.66 g; suma cukrów prostych: 88.27 g; Błonnik pokarmowy: 33.83 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-10-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, groszkiem zielonym, pietruszką, papryką 150g* (4), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Herbata z cukrem 250ml*,	koperkowa z makaronem 350ml(1,2,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Grejfrut 1/2 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2494.15 kcal; Białko ogółem: 102.58 g; Tłuszcz: 84.76 g; Węglowodany ogółem: 343.43 g; Sól: 3.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.30 g; suma cukrów prostych: 83.66 g; Błonnik pokarmowy: 31.76 g;

środa 2025-10-01 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g,	koperkowa z makaronem 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2297.55 kcal; Białko ogółem: 94.76 g; Tłuszcz: 70.87 g; Węglowodany ogółem: 329.90 g; Sól: 4.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.95 g; suma cukrów prostych: 75.94 g; Błonnik pokarmowy: 26.47 g;

środa 2025-10-01 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	ziemniaczana 400ml m b/soli(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2368.12 kcal; Białko ogółem: 101.19 g; Tłuszcz: 67.44 g; Węglowodany ogółem: 351.16 g; Sól: 3.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.58 g; suma cukrów prostych: 81.47 g; Błonnik pokarmowy: 31.04 g;

środa 2025-10-01 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), mięso drobiowe gotowane 100g , buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2205.96 kcal; Białko ogółem: 91.34 g; Tłuszcz: 71.37 g; Węglowodany ogółem: 308.13 g; Sól: 2.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.66 g; suma cukrów prostych: 78.27 g; Błonnik pokarmowy: 24.27 g;

środa 2025-10-01 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), mięso drobiowe gotowane 100g , Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g, ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2254.87 kcal; Białko ogółem: 103.86 g; Tłuszcz: 72.72 g; Węglowodany ogółem: 305.94 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.13 g; suma cukrów prostych: 74.19 g; Błonnik pokarmowy: 26.33 g;

środa 2025-10-01 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	koperkowa z makaronem 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2434.75 kcal; Białko ogółem: 122.48 g; Tłuszcz: 71.57 g; Węglowodany ogółem: 334.80 g; Sól: 4.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.34 g; suma cukrów prostych: 80.28 g; Błonnik pokarmowy: 26.47 g;

środa 2025-10-01 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Herbata 250g,	ziemniaczana 400ml płynna, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g , brokuły z wody 150g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2385.59 kcal; Białko ogółem: 102.21 g; Tłuszcz: 89.15 g; Węglowodany ogółem: 302.76 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.52 g; suma cukrów prostych: 82.12 g; Błonnik pokarmowy: 28.00 g;

środa 2025-10-01 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2198.61 kcal; Białko ogółem: 83.19 g; Tłuszcz: 92.71 g; Węglowodany ogółem: 252.77 g; Sól: 1.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.62 g; suma cukrów prostych: 104.24 g; Błonnik pokarmowy: 20.10 g;

środa 2025-10-01 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2239.96 kcal; Białko ogółem: 87.86 g; Tłuszcz: 71.35 g; Węglowodany ogółem: 316.01 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.77 g; suma cukrów prostych: 117.05 g; Błonnik pokarmowy: 25.61 g;

środa 2025-10-01 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, groszkiem zielonym, pietruszką, papryką 150g* (4), rukola 5g,	koperkowa z makaronem 350ml(1,2,13), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2261.20 kcal; Białko ogółem: 92.99 g; Tłuszcz: 77.62 g; Węglowodany ogółem: 311.72 g; Sól: 3.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.42 g; suma cukrów prostych: 50.22 g; Błonnik pokarmowy: 34.83 g;

środa 2025-10-01 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	koperkowa z makaronem 350ml(1,2,13), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), 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), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2412.62 kcal; Białko ogółem: 99.64 g; Tłuszcz: 73.33 g; Węglowodany ogółem: 352.35 g; Sól: 4.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.42 g; suma cukrów prostych: 66.48 g; Błonnik pokarmowy: 36.13 g;

środa 2025-10-01 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2015.30 kcal; Białko ogółem: 80.87 g; Tłuszcz: 66.10 g; Węglowodany ogółem: 287.18 g; Sól: 4.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.84 g; suma cukrów prostych: 67.40 g; Błonnik pokarmowy: 24.93 g;

środa 2025-10-01 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g, kleik z kaszy manny 350ml(1), pomidor 100g,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, filet pieczony z indyka 60g , roszonek 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1861.10 kcal; Białko ogółem: 79.77 g; Tłuszcz: 43.61 g; Węglowodany ogółem: 294.02 g; Sól: 4.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.24 g; suma cukrów prostych: 59.73 g; Błonnik pokarmowy: 29.61 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-10-01		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twarożek 70g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	koperkowa z makaronem 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2132.85 kcal; Białko ogółem: 99.28 g; Tłuszcz: 49.54 g; Węglowodany ogółem: 332.10 g; Sól: 3.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.06 g; suma cukrów prostych: 77.90 g; Błonnik pokarmowy: 26.47 g;

środa 2025-10-01		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Salátka z tuńczykiem, groszkiem zielonym, pietruszką, papryką 150g* (4), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	koperkowa z makaronem 350ml(1,2,13), Risotto jarskie dieta 250g (8,11,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2323.65 kcal; Białko ogółem: 99.36 g; Tłuszcz: 68.17 g; Węglowodany ogółem: 338.08 g; Sól: 3.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.16 g; suma cukrów prostych: 82.90 g; Błonnik pokarmowy: 30.15 g;

środa 2025-10-01		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), margaryna roślinna lactima 10g , Salátka z tuńczykiem, groszkiem zielonym, pietruszką, papryką 150g* (4), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), rukola 5g, Herbata bez cukru 250g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	koperkowa z makaronem 350ml(1,2,13), salátka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2380.15 kcal; Białko ogółem: 106.28 g; Tłuszcz: 73.84 g; Węglowodany ogółem: 334.80 g; Sól: 4.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.33 g; suma cukrów prostych: 68.19 g; Błonnik pokarmowy: 29.62 g;

środa 2025-10-01		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, Salátka z tuńczykiem, groszkiem zielonym, pietruszką, papryką 150g* (4), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), szynka konserwowa 50g (8),	koperkowa z makaronem 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, ser żółty 60g (2), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2809.23 kcal; Białko ogółem: 141.11 g; Tłuszcz: 101.74 g; Węglowodany ogółem: 344.06 g; Sól: 5.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.04 g; suma cukrów prostych: 81.59 g; Błonnik pokarmowy: 30.46 g;

środa 2025-10-01		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	koperkowa z makaronem 350ml(1,2,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), kajzerka 50g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2297.55 kcal; Białko ogółem: 94.76 g; Tłuszcz: 70.87 g; Węglowodany ogółem: 329.90 g; Sól: 4.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.95 g; suma cukrów prostych: 75.94 g; Błonnik pokarmowy: 26.47 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-10-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), schab benedykta 50g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka św. 100g , roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Filet z kurczaka panier. 100g*(1,3,13),	paprykarz 50g(4,8), Herbata z cukrem 250ml*, ogórek zielony talarki 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rukola 5g,
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2497.51 kcal; Białko ogółem: 91.22 g; Tłuszcz: 75.56 g; Węglowodany ogółem: 374.24 g; Sól: 2.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.38 g; suma cukrów prostych: 88.83 g; Błonnik pokarmowy: 30.34 g;

czwartek 2025-10-02 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2309.95 kcal; Białko ogółem: 105.89 g; Tłuszcz: 59.02 g; Węglowodany ogółem: 348.03 g; Sól: 2.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.75 g; suma cukrów prostych: 74.28 g; Błonnik pokarmowy: 27.85 g;

czwartek 2025-10-02 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), , rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2118.65 kcal; Białko ogółem: 116.60 g; Tłuszcz: 42.09 g; Węglowodany ogółem: 326.81 g; Sól: 2.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.08 g; suma cukrów prostych: 78.94 g; Błonnik pokarmowy: 25.93 g;

czwartek 2025-10-02 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2229.01 kcal; Białko ogółem: 109.79 g; Tłuszcz: 50.02 g; Węglowodany ogółem: 342.21 g; Sól: 3.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.56 g; suma cukrów prostych: 79.08 g; Błonnik pokarmowy: 24.59 g;

czwartek 2025-10-02 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), , pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2231.86 kcal; Białko ogółem: 109.12 g; Tłuszcz: 52.96 g; Węglowodany ogółem: 337.66 g; Sól: 3.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.32 g; suma cukrów prostych: 73.16 g; Błonnik pokarmowy: 25.89 g;

czwartek 2025-10-02 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, twaróg 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2447.15 kcal; Białko ogółem: 133.61 g; Tłuszcz: 59.72 g; Węglowodany ogółem: 352.93 g; Sól: 2.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.14 g; suma cukrów prostych: 78.62 g; Błonnik pokarmowy: 27.85 g;

czwartek 2025-10-02 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml, jajo, masło 350ml,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Gryskowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120g.

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2113.09 kcal; Białko ogółem: 101.05 g; Tłuszcz: 64.18 g; Węglowodany ogółem: 287.79 g; Sól: 1.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.35 g; suma cukrów prostych: 76.23 g; Błonnik pokarmowy: 22.25 g;

czwartek 2025-10-02 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2015.98 kcal; Białko ogółem: 77.06 g; Tłuszcz: 80.64 g; Węglowodany ogółem: 240.79 g; Sól: 1.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.15 g; suma cukrów prostych: 99.96 g; Błonnik pokarmowy: 14.09 g;

czwartek 2025-10-02 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2301.26 kcal; Białko ogółem: 86.62 g; Tłuszcz: 61.02 g; Węglowodany ogółem: 355.09 g; Sól: 2.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.50 g; suma cukrów prostych: 107.90 g; Błonnik pokarmowy: 26.41 g;

czwartek 2025-10-02 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), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g , roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, gruszka 1 szt., sos szpinakowy 100ml (1,2),	paprykarz 50g(4,8), Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: podplomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2261.53 kcal; Białko ogółem: 103.25 g; Tłuszcz: 68.23 g; Węglowodany ogółem: 317.77 g; Sól: 2.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.09 g; suma cukrów prostych: 45.94 g; Błonnik pokarmowy: 36.40 g;

czwartek 2025-10-02 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), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z kap. pekińskiej 120g, Filet z kurczaka gotowany 80g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2398.15 kcal; Białko ogółem: 111.82 g; Tłuszcz: 60.78 g; Węglowodany ogółem: 364.07 g; Sól: 2.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.00 g; suma cukrów prostych: 59.79 g; Błonnik pokarmowy: 37.16 g;

czwartek 2025-10-02 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
twarożek 70g (2), Masło 20g* (2), Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki 250g, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, pomidor 100g, ser żółty 60g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1758.31 kcal; Białko ogółem: 91.25 g; Tłuszcz: 56.74 g; Węglowodany ogółem: 229.99 g; Sól: 4.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.16 g; suma cukrów prostych: 73.35 g; Błonnik pokarmowy: 19.65 g;

czwartek 2025-10-02 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., schab na kartki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Filet z kurczaka gotowany 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1740.11 kcal; Białko ogółem: 76.62 g; Tłuszcz: 19.16 g; Węglowodany ogółem: 324.95 g; Sól: 4.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 5.68 g; suma cukrów prostych: 71.55 g; Błonnik pokarmowy: 26.53 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-10-02			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g , rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2138.15 kcal; Białko ogółem: 105.64 g; Tłuszcz: 40.15 g; Węglowodany ogółem: 347.79 g; Sól: 2.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.45 g; suma cukrów prostych: 74.07 g; Błonnik pokarmowy: 27.85 g;

czwartek 2025-10-02			Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser żółty 50g(2), pomidor 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2466.40 kcal; Białko ogółem: 95.38 g; Tłuszcz: 78.43 g; Węglowodany ogółem: 348.63 g; Sól: 3.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.13 g; suma cukrów prostych: 76.25 g; Błonnik pokarmowy: 27.85 g;

czwartek 2025-10-02			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), papryka św. 100g , roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, gruszka 1 szt., sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 50g(4,8), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,			
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt. 15g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2353.88 kcal; Białko ogółem: 112.77 g; Tłuszcz: 61.33 g; Węglowodany ogółem: 343.31 g; Sól: 3.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.72 g; suma cukrów prostych: 62.97 g; Błonnik pokarmowy: 29.42 g;

czwartek 2025-10-02			Jadłospis dla diety: Mukowicydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, twaróg 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,			
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2658.55 kcal; Białko ogółem: 133.75 g; Tłuszcz: 78.77 g; Węglowodany ogółem: 351.68 g; Sól: 2.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.94 g; suma cukrów prostych: 76.45 g; Błonnik pokarmowy: 27.85 g;

czwartek 2025-10-02			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g , rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g,			
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2461.55 kcal; Białko ogółem: 118.75 g; Tłuszcz: 66.67 g; Węglowodany ogółem: 350.23 g; Sól: 2.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.84 g; suma cukrów prostych: 76.20 g; Błonnik pokarmowy: 27.85 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Salatkę z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13), Ziemiaki 200g*, Surówka z pora i jabłka 120g*, 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), ogórek konserwowy 100g*, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3053.12 kcal; Białko ogółem: 120.42 g; Tłuszcz: 115.16 g; Węglowodany ogółem: 391.86 g; Sól: 4.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.50 g; suma cukrów prostych: 111.32 g; Błonnik pokarmowy: 34.37 g;

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemiaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2639.88 kcal; Białko ogółem: 100.22 g; Tłuszcz: 58.83 g; Węglowodany ogółem: 436.78 g; Sól: 2.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.35 g; suma cukrów prostych: 160.28 g; Błonnik pokarmowy: 36.11 g;

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, ziemiaki b/soli 200g m, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2614.28 kcal; Białko ogółem: 112.48 g; Tłuszcz: 59.46 g; Węglowodany ogółem: 415.61 g; Sól: 3.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.77 g; suma cukrów prostych: 163.07 g; Błonnik pokarmowy: 34.19 g;

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	Ziemiaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemiaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), brokuły z wody 120 g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2514.84 kcal; Białko ogółem: 98.83 g; Tłuszcz: 60.67 g; Węglowodany ogółem: 401.03 g; Sól: 2.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.91 g; suma cukrów prostych: 124.26 g; Błonnik pokarmowy: 32.85 g;

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), dżem 50g,	Ziemiaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemiaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), marchew gotowana 120g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2568.58 kcal; Białko ogółem: 94.59 g; Tłuszcz: 58.34 g; Węglowodany ogółem: 425.77 g; Sól: 2.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.64 g; suma cukrów prostych: 142.58 g; Błonnik pokarmowy: 36.08 g;

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemiaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, szynka piastowska 50g(8), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2765.48 kcal; Białko ogółem: 122.08 g; Tłuszcz: 61.58 g; Węglowodany ogółem: 440.08 g; Sól: 3.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.64 g; suma cukrów prostych: 162.70 g; Błonnik pokarmowy: 36.11 g;

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemiaki 200g*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemiaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemiaki 200g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1994.36 kcal; Białko ogółem: 92.37 g; Tłuszcz: 56.85 g; Węglowodany ogółem: 288.85 g; Sól: 1.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.15 g; suma cukrów prostych: 74.12 g; Błonnik pokarmowy: 29.98 g;

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Masło 15g*(2), brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1970.29 kcal; Białko ogółem: 79.25 g; Tłuszcz: 70.01 g; Węglowodany ogółem: 254.06 g; Sól: 1.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.84 g; suma cukrów prostych: 95.72 g; Błonnik pokarmowy: 18.66 g;

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2607.27 kcal; Białko ogółem: 104.60 g; Tłuszcz: 68.49 g; Węglowodany ogółem: 396.86 g; Sól: 2.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.83 g; suma cukrów prostych: 137.78 g; Błonnik pokarmowy: 34.05 g;

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kakao b/c 250 ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt, Sos koperkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), ogórek konserwowy 100g*, rozspanka 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Biskopki bez cukru 30g (1,3),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2415.37 kcal; Białko ogółem: 99.49 g; Tłuszcz: 72.64 g; Węglowodany ogółem: 354.26 g; Sól: 3.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.05 g; suma cukrów prostych: 68.04 g; Błonnik pokarmowy: 43.82 g;

piątek 2025-10-03 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), jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 30g. (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), dżem 50g.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Sos koperkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, rozspanka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2688.83 kcal; Białko ogółem: 105.03 g; Tłuszcz: 59.44 g; Węglowodany ogółem: 446.66 g; Sól: 2.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.93 g; suma cukrów prostych: 138.66 g; Błonnik pokarmowy: 45.06 g;

piątek 2025-10-03 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), dżem 50g.	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twarożek 70g (2), rzodkiewka 100g, rozspanka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1877.81 kcal; Białko ogółem: 77.89 g; Tłuszcz: 41.54 g; Węglowodany ogółem: 307.45 g; Sól: 2.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.82 g; suma cukrów prostych: 125.91 g; Błonnik pokarmowy: 28.02 g;

piątek 2025-10-03 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., schab na kartki 50g*, jabłko deserowe 1 szt. , Kleik z kaszy manny 500ml*(1), dżem 50g.	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, rozspanka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2060.46 kcal; Białko ogółem: 76.31 g; Tłuszcz: 19.61 g; Węglowodany ogółem: 403.95 g; Sól: 2.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 5.66 g; suma cukrów prostych: 120.84 g; Błonnik pokarmowy: 35.24 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-10-03			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2468.08 kcal; Białko ogółem: 99.98 g; Tłuszcz: 39.95 g; Węglowodany ogółem: 436.53 g; Sól: 2.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.05 g; suma cukrów prostych: 160.07 g; Błonnik pokarmowy: 36.11 g;

piątek 2025-10-03			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), pomarańcza 1 szt, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2301.05 kcal; Białko ogółem: 100.20 g; Tłuszcz: 53.84 g; Węglowodany ogółem: 360.46 g; Sól: 2.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.52 g; suma cukrów prostych: 145.29 g; Błonnik pokarmowy: 31.20 g;

piątek 2025-10-03			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g , Sałatka z pomidorem, sałata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, kakao bez cukru 250ml (2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), pomarańcza 1 szt, Sos koperkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , ogórek konserwowy 100g*, szynka piastowska 50g(8), roszonek 5g ,			
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Biszkopt bez cukru 30g (1,3),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2471.62 kcal; Białko ogółem: 108.35 g; Tłuszcz: 65.23 g; Węglowodany ogółem: 372.33 g; Sól: 4.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.74 g; suma cukrów prostych: 81.33 g; Błonnik pokarmowy: 35.89 g;

piątek 2025-10-03			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 30g. (2), dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), rzodkiewka 100g, szynka piastowska 50g(8), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszonek 5g ,			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3044.88 kcal; Białko ogółem: 142.32 g; Tłuszcz: 72.93 g; Węglowodany ogółem: 458.58 g; Sól: 3.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.91 g; suma cukrów prostych: 180.58 g; Błonnik pokarmowy: 36.21 g;

piątek 2025-10-03			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
kakao 250ml (1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), miód 1 szt.(25g), dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), Banan 1 szt, roszonek 5g ,			
II Śniadanie: Biszkopt bez cukru 30g (1,3),	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2869.88 kcal; Białko ogółem: 113.35 g; Tłuszcz: 59.68 g; Węglowodany ogółem: 478.39 g; Sól: 2.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.80 g; suma cukrów prostych: 202.30 g; Błonnik pokarmowy: 36.01 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Porowa z ziemniakami 350 ml(1,2,13), Bigos 300g* (1,8,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g, rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2316.55 kcal; Białko ogółem: 82.08 g; Tłuszcz: 80.28 g; Węglowodany ogółem: 324.03 g; Sól: 3.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.42 g; suma cukrów prostych: 64.33 g; Błonnik pokarmowy: 31.18 g;

sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka 100g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), roszponka 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2366.55 kcal; Białko ogółem: 93.29 g; Tłuszcz: 75.32 g; Węglowodany ogółem: 339.00 g; Sól: 4.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.93 g; suma cukrów prostych: 68.71 g; Błonnik pokarmowy: 28.58 g;

sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata 250g, 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),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 200g*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2470.55 kcal; Białko ogółem: 105.41 g; Tłuszcz: 71.27 g; Węglowodany ogółem: 362.21 g; Sól: 3.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.53 g; suma cukrów prostych: 93.01 g; Błonnik pokarmowy: 28.58 g;

sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2265.83 kcal; Białko ogółem: 117.03 g; Tłuszcz: 55.91 g; Węglowodany ogółem: 331.72 g; Sól: 4.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.44 g; suma cukrów prostych: 88.78 g; Błonnik pokarmowy: 23.68 g;

sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata 250g, 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),	Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 200g*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog. naturalny 70g (2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2358.23 kcal; Białko ogółem: 89.66 g; Tłuszcz: 69.57 g; Węglowodany ogółem: 351.73 g; Sól: 4.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.28 g; suma cukrów prostych: 90.27 g; Błonnik pokarmowy: 25.64 g;

sobota 2025-10-04 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka 100g, serek homog. naturalny 70g (2), roszponka 5g, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 200g*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek wiejski 70g (2), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2570.60 kcal; Białko ogółem: 110.79 g; Tłuszcz: 86.03 g; Węglowodany ogółem: 348.40 g; Sól: 4.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.31 g; suma cukrów prostych: 77.41 g; Błonnik pokarmowy: 28.58 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-10-04			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata 250g, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*	Herbata 250g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 250g,			
					Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2308.45 kcal; Białko ogółem: 82.41 g; Tłuszcz: 63.86 g; Węglowodany ogółem: 362.43 g; Sól: 1.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.04 g; suma cukrów prostych: 81.66 g; Błonnik pokarmowy: 31.70 g;

sobota 2025-10-04			Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 15g*(2), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*	Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,			
					Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2214.57 kcal; Białko ogółem: 86.24 g; Tłuszcz: 91.11 g; Węglowodany ogółem: 260.33 g; Sól: 2.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.02 g; suma cukrów prostych: 108.73 g; Błonnik pokarmowy: 18.08 g;

sobota 2025-10-04			Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), kasza manna na mleku 350ml (1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,				Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2281.30 kcal; Białko ogółem: 90.79 g; Tłuszcz: 70.84 g; Węglowodany ogółem: 324.40 g; Sól: 3.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.60 g; suma cukrów prostych: 123.12 g; Błonnik pokarmowy: 25.46 g;

sobota 2025-10-04			Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, jabłko deserowe 1 szt. , Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,				Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2311.15 kcal; Białko ogółem: 79.12 g; Tłuszcz: 78.50 g; Węglowodany ogółem: 332.02 g; Sól: 2.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.42 g; suma cukrów prostych: 63.67 g; Błonnik pokarmowy: 38.32 g;

sobota 2025-10-04			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sałatka 10g, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 200g*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13),	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,			
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,				Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2311.27 kcal; Białko ogółem: 95.99 g; Tłuszcz: 70.91 g; Węglowodany ogółem: 335.89 g; Sól: 3.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.41 g; suma cukrów prostych: 38.30 g; Błonnik pokarmowy: 36.86 g;

sobota 2025-10-04			Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , wafle ryżowe 60g(9), Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml,(2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, jabłko deserowe 1 szt. , Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,			
					Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1973.35 kcal; Białko ogółem: 86.69 g; Tłuszcz: 57.55 g; Węglowodany ogółem: 281.73 g; Sól: 3.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.56 g; suma cukrów prostych: 72.18 g; Błonnik pokarmowy: 23.22 g;

sobota 2025-10-04			Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 200g*, Filet z kurczaka gotowany 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 60g , pomidor 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,				Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1954.93 kcal; Białko ogółem: 90.49 g; Tłuszcz: 46.34 g; Węglowodany ogółem: 297.01 g; Sól: 3.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.25 g; suma cukrów prostych: 48.58 g; Błonnik pokarmowy: 25.10 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-10-04			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka 100g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), roszonek 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 200g*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2194.75 kcal; Białko ogółem: 93.05 g; Tłuszcz: 56.45 g; Węglowodany ogółem: 338.76 g; Sól: 4.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.63 g; suma cukrów prostych: 68.50 g; Błonnik pokarmowy: 28.58 g;

sobota 2025-10-04			Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Jajko sadzone 1szt*(3), ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2575.95 kcal; Białko ogółem: 98.15 g; Tłuszcz: 82.11 g; Węglowodany ogółem: 367.06 g; Sól: 3.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.36 g; suma cukrów prostych: 104.35 g; Błonnik pokarmowy: 30.08 g;

sobota 2025-10-04			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g, szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), roszonek 5g, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), jabłko deserowe 1 szt., surówka z marchewki z jabłkiem 120g, ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2396.20 kcal; Białko ogółem: 89.75 g; Tłuszcz: 71.95 g; Węglowodany ogółem: 354.87 g; Sól: 3.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.41 g; suma cukrów prostych: 78.95 g; Błonnik pokarmowy: 31.79 g;

sobota 2025-10-04			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka 100g, serek wiejski 200g (2) 1szt., kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,			
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2925.73 kcal; Białko ogółem: 134.58 g; Tłuszcz: 101.55 g; Węglowodany ogółem: 367.96 g; Sól: 6.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.54 g; suma cukrów prostych: 91.69 g; Błonnik pokarmowy: 30.49 g;

sobota 2025-10-04			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), rzodkiewka 100g, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 200g*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony talarki 100g,			
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2495.68 kcal; Białko ogółem: 101.79 g; Tłuszcz: 86.24 g; Węglowodany ogółem: 338.26 g; Sól: 3.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.17 g; suma cukrów prostych: 63.41 g; Błonnik pokarmowy: 29.40 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-10-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), rozspanka 5g ,
	Podwieczerek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2660.17 kcal; Białko ogółem: 122.44 g; Tłuszcz: 89.14 g; Węglowodany ogółem: 350.01 g; Sól: 2.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.07 g; suma cukrów prostych: 113.16 g; Błonnik pokarmowy: 35.77 g;

niedziela 2025-10-05 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, rozspanka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2607.16 kcal; Białko ogółem: 121.49 g; Tłuszcz: 86.80 g; Węglowodany ogółem: 339.86 g; Sól: 2.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.10 g; suma cukrów prostych: 107.92 g; Błonnik pokarmowy: 31.86 g;

niedziela 2025-10-05 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki b/soli 200g m, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, rozspanka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2501.16 kcal; Białko ogółem: 119.09 g; Tłuszcz: 84.72 g; Węglowodany ogółem: 316.60 g; Sól: 2.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.79 g; suma cukrów prostych: 108.54 g; Błonnik pokarmowy: 29.88 g;

niedziela 2025-10-05 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rozspanka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2381.00 kcal; Białko ogółem: 97.24 g; Tłuszcz: 75.56 g; Węglowodany ogółem: 334.26 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.04 g; suma cukrów prostych: 104.85 g; Błonnik pokarmowy: 29.24 g;

niedziela 2025-10-05 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), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, rozspanka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2430.97 kcal; Białko ogółem: 96.73 g; Tłuszcz: 75.49 g; Węglowodany ogółem: 349.55 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.41 g; suma cukrów prostych: 92.91 g; Błonnik pokarmowy: 33.36 g;

niedziela 2025-10-05 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, serek wiejski 70g (2), rozspanka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2791.26 kcal; Białko ogółem: 138.99 g; Tłuszcz: 97.51 g; Węglowodany ogółem: 344.27 g; Sól: 3.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.48 g; suma cukrów prostych: 111.63 g; Błonnik pokarmowy: 31.86 g;

niedziela 2025-10-05 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1885.26 kcal; Białko ogółem: 76.86 g; Tłuszcz: 54.46 g; Węglowodany ogółem: 282.84 g; Sól: 1.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.19 g; suma cukrów prostych: 83.39 g; Błonnik pokarmowy: 29.41 g;

niedziela 2025-10-05 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2233.39 kcal; Białko ogółem: 95.57 g; Tłuszcz: 94.24 g; Węglowodany ogółem: 245.66 g; Sól: 1.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.37 g; suma cukrów prostych: 120.68 g; Błonnik pokarmowy: 20.31 g;

niedziela 2025-10-05 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2553.07 kcal; Białko ogółem: 109.55 g; Tłuszcz: 81.58 g; Węglowodany ogółem: 347.62 g; Sól: 2.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.59 g; suma cukrów prostych: 111.96 g; Błonnik pokarmowy: 36.10 g;

niedziela 2025-10-05 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), papryka św. 100g , rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, roszponka 5g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2317.90 kcal; Białko ogółem: 109.19 g; Tłuszcz: 80.27 g; Węglowodany ogółem: 299.89 g; Sól: 3.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.44 g; suma cukrów prostych: 63.97 g; Błonnik pokarmowy: 41.95 g;

niedziela 2025-10-05 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 200g* (2), surówka bułgarska120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2723.55 kcal; Białko ogółem: 125.87 g; Tłuszcz: 89.68 g; Węglowodany ogółem: 362.49 g; Sól: 3.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.75 g; suma cukrów prostych: 105.46 g; Błonnik pokarmowy: 41.55 g;

niedziela 2025-10-05 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane b/mąki 120g, Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Ser żółty 50g(2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2006.53 kcal; Białko ogółem: 90.66 g; Tłuszcz: 74.41 g; Węglowodany ogółem: 250.60 g; Sól: 4.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.53 g; suma cukrów prostych: 89.40 g; Błonnik pokarmowy: 23.63 g;

niedziela 2025-10-05 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g, dżem 25g - 1 szt.,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane b/mleka 120g(1), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), połędwica sopocka 50g(1,8), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2318.51 kcal; Białko ogółem: 99.43 g; Tłuszcz: 57.01 g; Węglowodany ogółem: 348.49 g; Sól: 3.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.39 g; suma cukrów prostych: 110.75 g; Błonnik pokarmowy: 29.24 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-10-05		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, rozszponka 5g
	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]: 2435.36 kcal; Białko ogółem: 121.24 g; Tłuszcz: 67.93 g; Węglowodany ogółem: 339.62 g; Sól: 2.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.80 g; suma cukrów prostych: 107.71 g; Błonnik pokarmowy: 31.86 g;

niedziela 2025-10-05		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Risotto jarskie 250g (8,11,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), 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]: 2363.90 kcal; Białko ogółem: 68.41 g; Tłuszcz: 67.96 g; Węglowodany ogółem: 370.86 g; Sól: 2.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.42 g; suma cukrów prostych: 109.17 g; Błonnik pokarmowy: 33.15 g;

niedziela 2025-10-05		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g , rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, gruszka 1 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, margaryna roślinna lactima 10g , rozszponka 5g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2532.93 kcal; Białko ogółem: 127.85 g; Tłuszcz: 68.83 g; Węglowodany ogółem: 362.08 g; Sól: 3.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.70 g; suma cukrów prostych: 121.10 g; Błonnik pokarmowy: 37.36 g;

niedziela 2025-10-05		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, ser żółty 60g (2),
	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]: 3087.56 kcal; Białko ogółem: 150.49 g; Tłuszcz: 121.80 g; Węglowodany ogółem: 341.12 g; Sól: 3.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 55.70 g; suma cukrów prostych: 107.98 g; Błonnik pokarmowy: 31.86 g;

niedziela 2025-10-05		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), ogórek zielony talarki 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),	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]: 2528.77 kcal; Białko ogółem: 117.28 g; Tłuszcz: 83.56 g; Węglowodany ogółem: 331.42 g; Sól: 2.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.18 g; suma cukrów prostych: 96.19 g; Błonnik pokarmowy: 31.64 g;

Dietetyk

.....