

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	żurek z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Sałata 10g, makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2608.52 kcal; Białko ogółem: 110.13 g; Tłuszcz: 86.44 g; Węglowodany ogółem: 353.26 g; Sól: 4.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.72 g; suma cukrów prostych: 80.05 g; Błonnik pokarmowy: 20.87 g;

poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2420.68 kcal; Białko ogółem: 102.31 g; Tłuszcz: 73.18 g; Węglowodany ogółem: 344.62 g; Sól: 2.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.49 g; suma cukrów prostych: 80.32 g; Błonnik pokarmowy: 22.04 g;

poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2541.18 kcal; Białko ogółem: 115.96 g; Tłuszcz: 78.43 g; Węglowodany ogółem: 349.17 g; Sól: 2.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.47 g; suma cukrów prostych: 83.89 g; Błonnik pokarmowy: 22.04 g;

poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2573.06 kcal; Białko ogółem: 101.44 g; Tłuszcz: 91.85 g; Węglowodany ogółem: 344.08 g; Sól: 2.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.49 g; suma cukrów prostych: 76.41 g; Błonnik pokarmowy: 26.58 g;

poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2511.44 kcal; Białko ogółem: 106.37 g; Tłuszcz: 79.57 g; Węglowodany ogółem: 348.57 g; Sól: 1.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.40 g; suma cukrów prostych: 83.47 g; Błonnik pokarmowy: 21.63 g;

poniedziałek 2025-10-06 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2844.98 kcal; Białko ogółem: 129.19 g; Tłuszcz: 100.77 g; Węglowodany ogółem: 350.51 g; Sól: 2.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.23 g; suma cukrów prostych: 83.96 g; Błonnik pokarmowy: 22.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-10-06		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV	
Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), kompot z owoców 250ml, Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,	
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2319.10 kcal; Białko ogółem: 92.08 g; Tłuszcz: 87.25 g; Węglowodany ogółem: 296.90 g; Sól: 3.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.29 g; suma cukrów prostych: 70.73 g; Błonnik pokarmowy: 23.06 g;

poniedziałek 2025-10-06		Jadłospis dla diety: Płynna XIII	
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2003.48 kcal; Białko ogółem: 84.79 g; Tłuszcz: 84.45 g; Węglowodany ogółem: 227.16 g; Sól: 3.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.59 g; suma cukrów prostych: 70.68 g; Błonnik pokarmowy: 14.79 g;

poniedziałek 2025-10-06		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII	
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Ryż na mleku 350 ml*(2), Napój roślinny 330g*,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),	
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2716.50 kcal; Białko ogółem: 104.11 g; Tłuszcz: 70.55 g; Węglowodany ogółem: 403.45 g; Sól: 2.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.30 g; suma cukrów prostych: 84.17 g; Błonnik pokarmowy: 29.75 g;

poniedziałek 2025-10-06		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI	
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Sałata 10g, pomarańcza 1 szt, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka konserwowa 50g (8), herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,	
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2153.33 kcal; Białko ogółem: 102.95 g; Tłuszcz: 81.91 g; Węglowodany ogółem: 254.88 g; Sól: 3.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.07 g; suma cukrów prostych: 38.39 g; Błonnik pokarmowy: 21.72 g;

poniedziałek 2025-10-06		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V	
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sałata 10g, makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2),	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2348.93 kcal; Białko ogółem: 114.89 g; Tłuszcz: 72.72 g; Węglowodany ogółem: 311.53 g; Sól: 1.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.57 g; suma cukrów prostych: 54.66 g; Błonnik pokarmowy: 22.63 g;

poniedziałek 2025-10-06		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL	
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1877.44 kcal; Białko ogółem: 60.56 g; Tłuszcz: 66.83 g; Węglowodany ogółem: 264.40 g; Sól: 1.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.75 g; suma cukrów prostych: 81.95 g; Błonnik pokarmowy: 16.89 g;

poniedziałek 2025-10-06		Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM	
Napój roślinny 330g*, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 50g*, margaryna roślinna lactima 10g, Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2172.64 kcal; Białko ogółem: 58.50 g; Tłuszcz: 52.62 g; Węglowodany ogółem: 344.48 g; Sól: 2.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.33 g; suma cukrów prostych: 76.75 g; Błonnik pokarmowy: 27.18 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-10-06			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), margaryna roślinna 10g 1szt., Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Salátka 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2255.98 kcal; Białko ogółem: 106.82 g; Tłuszcz: 51.85 g; Węglowodany ogółem: 346.82 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.60 g; suma cukrów prostych: 82.28 g; Błonnik pokarmowy: 22.04 g;

poniedziałek 2025-10-06			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog. naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Salátka 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2498.08 kcal; Białko ogółem: 115.05 g; Tłuszcz: 81.32 g; Węglowodany ogółem: 332.52 g; Sól: 2.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.22 g; suma cukrów prostych: 67.99 g; Błonnik pokarmowy: 21.47 g;

poniedziałek 2025-10-06			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka piastowska 50g(8), margaryna roślinna lactima 10g (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Salátka 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt, makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2),	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), margaryna roślinna lactima 10g (2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,			
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt. 15g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2269.88 kcal; Białko ogółem: 114.25 g; Tłuszcz: 65.42 g; Węglowodany ogółem: 308.16 g; Sól: 3.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.07 g; suma cukrów prostych: 58.73 g; Błonnik pokarmowy: 18.10 g;

poniedziałek 2025-10-06			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), serek homog. nat. 60g.(2), Masło 20g* (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Salátka 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), twaróg krajanka 70g (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2976.98 kcal; Białko ogółem: 148.76 g; Tłuszcz: 103.13 g; Węglowodany ogółem: 352.24 g; Sól: 2.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.44 g; suma cukrów prostych: 97.01 g; Błonnik pokarmowy: 21.78 g;

poniedziałek 2025-10-06			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Salátka 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2344.78 kcal; Białko ogółem: 101.04 g; Tłuszcz: 71.28 g; Węglowodany ogółem: 331.29 g; Sól: 1.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.46 g; suma cukrów prostych: 78.36 g; Błonnik pokarmowy: 21.68 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-10-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), rukola 5g,	Barszcz ukraiński z fasolą 350ml(1,2,8,13), ziemniaki 200g*, Marchewka z groszkiem 120g(1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka duszony 80g, Sos pieczarkowy 100 ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2989.74 kcal; Białko ogółem: 136.69 g; Tłuszcz: 74.21 g; Węglowodany ogółem: 459.55 g; Sól: 3.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.39 g; suma cukrów prostych: 137.71 g; Błonnik pokarmowy: 47.03 g;

wtorek 2025-10-07 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2683.94 kcal; Białko ogółem: 121.23 g; Tłuszcz: 66.78 g; Węglowodany ogółem: 405.29 g; Sól: 2.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.52 g; suma cukrów prostych: 129.77 g; Błonnik pokarmowy: 34.02 g;

wtorek 2025-10-07 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2516.09 kcal; Białko ogółem: 113.75 g; Tłuszcz: 60.36 g; Węglowodany ogółem: 389.40 g; Sól: 2.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.94 g; suma cukrów prostych: 116.99 g; Błonnik pokarmowy: 37.87 g;

wtorek 2025-10-07 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2448.69 kcal; Białko ogółem: 104.88 g; Tłuszcz: 52.73 g; Węglowodany ogółem: 397.59 g; Sól: 2.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.00 g; suma cukrów prostych: 116.51 g; Błonnik pokarmowy: 35.70 g;

wtorek 2025-10-07 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2508.64 kcal; Białko ogółem: 106.20 g; Tłuszcz: 56.90 g; Węglowodany ogółem: 402.80 g; Sól: 2.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.72 g; suma cukrów prostych: 115.99 g; Błonnik pokarmowy: 37.53 g;

wtorek 2025-10-07 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), polędwica sopočka 50g(1,8), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2883.94 kcal; Białko ogółem: 140.76 g; Tłuszcz: 73.43 g; Węglowodany ogółem: 418.44 g; Sól: 3.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.41 g; suma cukrów prostych: 139.94 g; Błonnik pokarmowy: 38.40 g;

wtorek 2025-10-07 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2404.94 kcal; Białko ogółem: 107.07 g; Tłuszcz: 70.24 g; Węglowodany ogółem: 341.37 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.21 g; suma cukrów prostych: 104.03 g; Błonnik pokarmowy: 30.25 g;

wtorek 2025-10-07 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2183.51 kcal; Białko ogółem: 83.79 g; Tłuszcz: 72.00 g; Węglowodany ogółem: 292.85 g; Sól: 2.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.98 g; suma cukrów prostych: 125.34 g; Błonnik pokarmowy: 18.34 g;

wtorek 2025-10-07 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2402.19 kcal; Białko ogółem: 95.23 g; Tłuszcz: 70.35 g; Węglowodany ogółem: 343.78 g; Sól: 2.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.36 g; suma cukrów prostych: 141.97 g; Błonnik pokarmowy: 33.51 g;

wtorek 2025-10-07 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), rosółka 5g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2267.42 kcal; Białko ogółem: 114.14 g; Tłuszcz: 71.67 g; Węglowodany ogółem: 303.01 g; Sól: 3.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.60 g; suma cukrów prostych: 77.90 g; Błonnik pokarmowy: 38.68 g;

wtorek 2025-10-07 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rosółka 5g ,
	Podwieczorek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2299.89 kcal; Białko ogółem: 115.85 g; Tłuszcz: 62.62 g; Węglowodany ogółem: 327.29 g; Sól: 2.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.18 g; suma cukrów prostych: 77.14 g; Błonnik pokarmowy: 38.07 g;

wtorek 2025-10-07 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, twarożek 70g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, rosółka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1936.80 kcal; Białko ogółem: 85.79 g; Tłuszcz: 50.40 g; Węglowodany ogółem: 295.67 g; Sól: 2.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.58 g; suma cukrów prostych: 112.60 g; Błonnik pokarmowy: 30.72 g;

wtorek 2025-10-07 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Napój roślinny 330g*, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	barszcz czerwony z ziemniakami 350ml b/ml (1,8,13), ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 50g*, margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, rosółka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2278.54 kcal; Białko ogółem: 89.63 g; Tłuszcz: 34.14 g; Węglowodany ogółem: 391.01 g; Sól: 2.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.89 g; suma cukrów prostych: 134.38 g; Błonnik pokarmowy: 39.27 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-10-07		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2566.09 kcal; Białko ogółem: 122.10 g; Tłuszcz: 52.48 g; Węglowodany ogółem: 411.39 g; Sól: 2.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.76 g; suma cukrów prostych: 139.01 g; Błonnik pokarmowy: 37.87 g;

wtorek 2025-10-07		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), Masło 20g* (2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, kaszotto jarskie dieta 300g(1,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2602.95 kcal; Białko ogółem: 99.07 g; Tłuszcz: 76.95 g; Węglowodany ogółem: 389.56 g; Sól: 3.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.74 g; suma cukrów prostych: 142.46 g; Błonnik pokarmowy: 40.69 g;

wtorek 2025-10-07		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, margaryna roślinna lactima 10g (2), roszonek 5g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2612.87 kcal; Białko ogółem: 133.39 g; Tłuszcz: 67.14 g; Węglowodany ogółem: 380.12 g; Sól: 3.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.91 g; suma cukrów prostych: 93.97 g; Błonnik pokarmowy: 38.44 g;

wtorek 2025-10-07		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), twarożek 1 szt. (2) , Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3005.19 kcal; Białko ogółem: 140.77 g; Tłuszcz: 86.66 g; Węglowodany ogółem: 414.13 g; Sól: 3.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.89 g; suma cukrów prostych: 138.91 g; Błonnik pokarmowy: 37.87 g;

wtorek 2025-10-07		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2621.59 kcal; Białko ogółem: 119.86 g; Tłuszcz: 59.61 g; Węglowodany ogółem: 411.18 g; Sól: 2.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.34 g; suma cukrów prostych: 137.82 g; Błonnik pokarmowy: 37.87 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g, Papryka faszerowana mięsem z warzywami 200g, Kasza jęczmienna 200 g(1), Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ogórek kiszony 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g,
	Podwieczerek: śliwki 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podpiłomyki b/c 2szt.15g (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2239.18 kcal; Białko ogółem: 93.20 g; Tłuszcz: 71.98 g; Węglowodany ogółem: 316.40 g; Sól: 3.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.05 g; suma cukrów prostych: 84.49 g; Błonnik pokarmowy: 29.71 g;

środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, twaróg 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podpiłomyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2397.79 kcal; Białko ogółem: 99.41 g; Tłuszcz: 67.49 g; Węglowodany ogółem: 357.50 g; Sól: 2.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.72 g; suma cukrów prostych: 81.99 g; Błonnik pokarmowy: 35.08 g;

środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podpiłomyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2414.89 kcal; Białko ogółem: 106.77 g; Tłuszcz: 65.89 g; Węglowodany ogółem: 358.30 g; Sól: 2.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.91 g; suma cukrów prostych: 84.16 g; Błonnik pokarmowy: 35.08 g;

środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g,	Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podpiłomyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2401.58 kcal; Białko ogółem: 102.24 g; Tłuszcz: 61.27 g; Węglowodany ogółem: 367.67 g; Sól: 3.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.63 g; suma cukrów prostych: 115.50 g; Błonnik pokarmowy: 31.57 g;

środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podpiłomyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2233.58 kcal; Białko ogółem: 100.70 g; Tłuszcz: 60.79 g; Węglowodany ogółem: 327.69 g; Sól: 3.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.40 g; suma cukrów prostych: 81.62 g; Błonnik pokarmowy: 30.61 g;

środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), rzodkiewka 100g, twaróg 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podpiłomyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2483.49 kcal; Białko ogółem: 120.63 g; Tłuszcz: 66.24 g; Węglowodany ogółem: 360.75 g; Sól: 2.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.11 g; suma cukrów prostych: 86.33 g; Błonnik pokarmowy: 35.08 g;

środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata 250g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1841.08 kcal; Białko ogółem: 85.22 g; Tłuszcz: 67.79 g; Węglowodany ogółem: 223.82 g; Sól: 3.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.13 g; suma cukrów prostych: 73.49 g; Błonnik pokarmowy: 22.82 g;		
środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1556.36 kcal; Białko ogółem: 70.60 g; Tłuszcz: 67.79 g; Węglowodany ogółem: 156.87 g; Sól: 3.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.14 g; suma cukrów prostych: 81.58 g; Błonnik pokarmowy: 13.27 g;		
środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Napój roślinny 330g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), marchew gotowana 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2154.03 kcal; Białko ogółem: 81.91 g; Tłuszcz: 62.43 g; Węglowodany ogółem: 295.72 g; Sól: 4.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.59 g; suma cukrów prostych: 102.75 g; Błonnik pokarmowy: 24.23 g;		
środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata bez cukru 250ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g , Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), mandarynka 1 szt., Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, ogórek kiszony 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1878.74 kcal; Białko ogółem: 80.02 g; Tłuszcz: 70.85 g; Węglowodany ogółem: 235.60 g; Sól: 4.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.92 g; suma cukrów prostych: 37.18 g; Błonnik pokarmowy: 28.61 g;		
środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
herbata bez cukru 250ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twarózek 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 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]: 2136.10 kcal; Białko ogółem: 87.01 g; Tłuszcz: 64.36 g; Węglowodany ogółem: 311.01 g; Sól: 1.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.38 g; suma cukrów prostych: 77.41 g; Błonnik pokarmowy: 34.58 g;		
środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, marchew gotowana 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka 100g, twarózek 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1755.35 kcal; Białko ogółem: 81.92 g; Tłuszcz: 56.25 g; Węglowodany ogółem: 236.56 g; Sól: 2.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.78 g; suma cukrów prostych: 82.21 g; Błonnik pokarmowy: 22.72 g;		
środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , schab na kartki 50g*, pomidor 100g, Napój roślinny 330g*,	Koperkowa z ziemniakami b/ml 350ml (1,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, marchew gotowana 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, filet pieczony z indyka 40g , roszonek 5g , rukola 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]: 2020.72 kcal; Białko ogółem: 78.83 g; Tłuszcz: 42.74 g; Węglowodany ogółem: 315.38 g; Sól: 2.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.42 g; suma cukrów prostych: 75.92 g; Błonnik pokarmowy: 34.30 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, twarożek 70g (2), roszponka 5g , rukola 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]: 2297.49 kcal; Białko ogółem: 106.62 g; Tłuszcz: 53.02 g; Węglowodany ogółem: 358.06 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.76 g; suma cukrów prostych: 83.95 g; Błonnik pokarmowy: 35.08 g;

środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ryż z jabłkami 350g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 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]: 2365.92 kcal; Białko ogółem: 89.82 g; Tłuszcz: 58.20 g; Węglowodany ogółem: 377.12 g; Sól: 2.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.69 g; suma cukrów prostych: 96.66 g; Błonnik pokarmowy: 32.77 g;

środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
herbata bez cukru 250ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka 100g, roszponka 5g , Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), mandarynka 1 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, ogórek kiszony 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1780.34 kcal; Białko ogółem: 76.06 g; Tłuszcz: 56.08 g; Węglowodany ogółem: 245.96 g; Sól: 4.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.58 g; suma cukrów prostych: 44.87 g; Błonnik pokarmowy: 33.29 g;

środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), rzodkiewka 100g, twarożek 70g (2), rukola 5g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: podpiomyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2930.49 kcal; Białko ogółem: 149.93 g; Tłuszcz: 89.54 g; Węglowodany ogółem: 379.65 g; Sól: 2.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.39 g; suma cukrów prostych: 103.53 g; Błonnik pokarmowy: 35.18 g;

środa 2025-10-08 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, twarożek 70g (2), roszponka 5g , rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: podpiomyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2346.29 kcal; Białko ogółem: 92.91 g; Tłuszcz: 65.54 g; Węglowodany ogółem: 355.85 g; Sól: 2.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.72 g; suma cukrów prostych: 81.99 g; Błonnik pokarmowy: 35.08 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-10-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszonką i czarnuszką 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kotlet schabowy - 100g (1,3), Ziemniaki 200g*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2789.58 kcal; Białko ogółem: 96.82 g; Tłuszcz: 102.81 g; Węglowodany ogółem: 375.34 g; Sól: 3.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.30 g; suma cukrów prostych: 85.07 g; Błonnik pokarmowy: 31.67 g;

czwartek 2025-10-09 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszonka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2334.04 kcal; Białko ogółem: 100.53 g; Tłuszcz: 59.79 g; Węglowodany ogółem: 352.17 g; Sól: 2.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.93 g; suma cukrów prostych: 82.14 g; Błonnik pokarmowy: 28.51 g;

czwartek 2025-10-09 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszonka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2449.04 kcal; Białko ogółem: 114.58 g; Tłuszcz: 64.07 g; Węglowodany ogółem: 363.82 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.87 g; suma cukrów prostych: 93.16 g; Błonnik pokarmowy: 28.51 g;

czwartek 2025-10-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 90g*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2334.74 kcal; Białko ogółem: 102.90 g; Tłuszcz: 57.56 g; Węglowodany ogółem: 360.93 g; Sól: 2.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.34 g; suma cukrów prostych: 91.92 g; Błonnik pokarmowy: 27.21 g;

czwartek 2025-10-09 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 90g*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), roszonka 5g , rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2426.14 kcal; Białko ogółem: 116.09 g; Tłuszcz: 60.85 g; Węglowodany ogółem: 363.82 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.30 g; suma cukrów prostych: 93.16 g; Błonnik pokarmowy: 28.51 g;

czwartek 2025-10-09 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszonka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2499.64 kcal; Białko ogółem: 125.34 g; Tłuszcz: 61.89 g; Węglowodany ogółem: 364.03 g; Sól: 2.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.91 g; suma cukrów prostych: 93.38 g; Błonnik pokarmowy: 28.51 g;

czwartek 2025-10-09 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*,

Jadłospisy dla oddziałów

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

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

czwartek 2025-10-09 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2024.81 kcal; Białko ogółem: 82.99 g; Tłuszcz: 80.25 g; Węglowodany ogółem: 239.97 g; Sól: 1.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.42 g; suma cukrów prostych: 92.11 g; Błonnik pokarmowy: 15.74 g;

czwartek 2025-10-09 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Masło 20g* (2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2424.91 kcal; Białko ogółem: 101.88 g; Tłuszcz: 68.64 g; Węglowodany ogółem: 355.50 g; Sól: 2.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.20 g; suma cukrów prostych: 97.79 g; Błonnik pokarmowy: 28.65 g;

czwartek 2025-10-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata b/cukru 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czamuszką 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , sos szpinakowy 100ml (1,2),	herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rozszponka 5g ,
II Śniadanie: sok warzywny 150ml ,	Podwieczorek: podplomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2187.51 kcal; Białko ogółem: 84.73 g; Tłuszcz: 70.26 g; Węglowodany ogółem: 313.43 g; Sól: 2.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.62 g; suma cukrów prostych: 51.64 g; Błonnik pokarmowy: 37.28 g;

czwartek 2025-10-09 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2149.66 kcal; Białko ogółem: 93.15 g; Tłuszcz: 60.39 g; Węglowodany ogółem: 317.03 g; Sól: 1.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.80 g; suma cukrów prostych: 89.26 g; Błonnik pokarmowy: 26.27 g;

czwartek 2025-10-09 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rozszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1784.97 kcal; Białko ogółem: 89.39 g; Tłuszcz: 48.30 g; Węglowodany ogółem: 259.03 g; Sól: 2.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.40 g; suma cukrów prostych: 85.84 g; Błonnik pokarmowy: 22.18 g;

czwartek 2025-10-09 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka 100g, rozszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2065.07 kcal; Białko ogółem: 80.87 g; Tłuszcz: 40.68 g; Węglowodany ogółem: 346.64 g; Sól: 2.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.41 g; suma cukrów prostych: 69.61 g; Błonnik pokarmowy: 33.93 g;

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2239.24 kcal; Białko ogółem: 101.34 g; Tłuszcz: 47.90 g; Węglowodany ogółem: 360.98 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.76 g; suma cukrów prostych: 90.71 g; Błonnik pokarmowy: 28.51 g;

czwartek 2025-10-09			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,		Krupnik 350ml(1,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,		Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	
		Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2536.41 kcal; Białko ogółem: 112.22 g; Tłuszcz: 67.85 g; Węglowodany ogółem: 372.26 g; Sól: 2.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.55 g; suma cukrów prostych: 104.34 g; Błonnik pokarmowy: 25.86 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2265.01 kcal; Białko ogółem: 102.81 g; Tłuszcz: 55.11 g; Węglowodany ogółem: 339.72 g; Sól: 2.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.25 g; suma cukrów prostych: 72.07 g; Błonnik pokarmowy: 30.65 g;

czwartek 2025-10-09			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,		Krupnik 350ml(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), serek homo waniliowy 70g*(2), polędwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	
		Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2779.64 kcal; Białko ogółem: 139.34 g; Tłuszcz: 81.29 g; Węglowodany ogółem: 365.23 g; Sól: 3.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.91 g; suma cukrów prostych: 93.38 g; Błonnik pokarmowy: 28.51 g;

czwartek 2025-10-09			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,		Krupnik 350ml(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	
		Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2356.64 kcal; Białko ogółem: 101.49 g; Tłuszcz: 60.78 g; Węglowodany ogółem: 361.23 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.92 g; suma cukrów prostych: 90.92 g; Błonnik pokarmowy: 28.51 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-10-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), ser żółty 60g (2), Masło 20g* (2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, groszek zielony z miętą 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2782.77 kcal; Białko ogółem: 132.41 g; Tłuszcz: 88.94 g; Węglowodany ogółem: 377.81 g; Sól: 3.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.47 g; suma cukrów prostych: 100.34 g; Błonnik pokarmowy: 34.52 g;

piątek 2025-10-10 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Masło 20g* (2), rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2557.00 kcal; Białko ogółem: 126.86 g; Tłuszcz: 73.67 g; Węglowodany ogółem: 358.38 g; Sól: 3.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.01 g; suma cukrów prostych: 95.12 g; Błonnik pokarmowy: 30.85 g;

piątek 2025-10-10 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), ziemniaki b/soli 200g m, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2501.84 kcal; Białko ogółem: 119.90 g; Tłuszcz: 81.09 g; Węglowodany ogółem: 333.80 g; Sól: 3.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.49 g; suma cukrów prostych: 94.46 g; Błonnik pokarmowy: 28.86 g;

piątek 2025-10-10 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2383.15 kcal; Białko ogółem: 106.23 g; Tłuszcz: 73.61 g; Węglowodany ogółem: 334.83 g; Sól: 2.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.02 g; suma cukrów prostych: 73.71 g; Błonnik pokarmowy: 29.32 g;

piątek 2025-10-10 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2396.62 kcal; Białko ogółem: 99.27 g; Tłuszcz: 77.75 g; Węglowodany ogółem: 336.73 g; Sól: 2.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.55 g; suma cukrów prostych: 72.14 g; Błonnik pokarmowy: 30.70 g;

piątek 2025-10-10 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2739.00 kcal; Białko ogółem: 149.61 g; Tłuszcz: 81.72 g; Węglowodany ogółem: 362.93 g; Sól: 3.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.78 g; suma cukrów prostych: 98.69 g; Błonnik pokarmowy: 30.85 g;

piątek 2025-10-10 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kakao 250ml (1,2), Płatki jęczm.na ml.jajo - 500 ml* (1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,	Marchew gotowana 150g*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2569.06 kcal; Białko ogółem: 116.95 g; Tłuszcz: 90.80 g; Węglowodany ogółem: 328.03 g; Sól: 2.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.13 g; suma cukrów prostych: 94.44 g; Błonnik pokarmowy: 32.50 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2391.08 kcal; Białko ogółem: 91.90 g; Tłuszcz: 102.86 g; Węglowodany ogółem: 272.49 g; Sól: 2.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.01 g; suma cukrów prostych: 107.97 g; Błonnik pokarmowy: 18.06 g;

piątek 2025-10-10 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2625.27 kcal; Białko ogółem: 106.56 g; Tłuszcz: 91.07 g; Węglowodany ogółem: 351.54 g; Sól: 2.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.31 g; suma cukrów prostych: 92.52 g; Błonnik pokarmowy: 30.16 g;

piątek 2025-10-10 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kakao b/c 250 ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Masło 20g* (2), rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(9),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2307.04 kcal; Białko ogółem: 117.12 g; Tłuszcz: 69.60 g; Węglowodany ogółem: 316.83 g; Sól: 2.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.19 g; suma cukrów prostych: 62.27 g; Błonnik pokarmowy: 35.21 g;

piątek 2025-10-10 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g , surówka bułgarska 120g.(3,11,13), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g , papryka św. 100g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2433.82 kcal; Białko ogółem: 116.40 g; Tłuszcz: 82.98 g; Węglowodany ogółem: 319.12 g; Sól: 2.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.78 g; suma cukrów prostych: 106.15 g; Błonnik pokarmowy: 35.64 g;

piątek 2025-10-10 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, szynka na kartki 50g*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1703.25 kcal; Białko ogółem: 83.10 g; Tłuszcz: 59.27 g; Węglowodany ogółem: 219.94 g; Sól: 2.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.28 g; suma cukrów prostych: 51.81 g; Błonnik pokarmowy: 21.77 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1941.85 kcal; Białko ogółem: 82.16 g; Tłuszcz: 27.94 g; Węglowodany ogółem: 353.33 g; Sól: 3.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 6.32 g; suma cukrów prostych: 75.54 g; Błonnik pokarmowy: 32.67 g;

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2424.24 kcal; Białko ogółem: 121.25 g; Tłuszcz: 61.94 g; Węglowodany ogółem: 357.17 g; Sól: 3.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.97 g; suma cukrów prostych: 93.63 g; Błonnik pokarmowy: 30.78 g;

piątek 2025-10-10		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Masło 20g* (2), rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2411.80 kcal; Białko ogółem: 110.04 g; Tłuszcz: 60.91 g; Węglowodany ogółem: 367.85 g; Sól: 3.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.32 g; suma cukrów prostych: 112.01 g; Błonnik pokarmowy: 30.21 g;

piątek 2025-10-10		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kakao b/c 250 ml, chleb żytni 1 kromka 35g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, margaryna roślinna lactima 10g , rukola 5g, kajzerka 50g (1),	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(9),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2261.74 kcal; Białko ogółem: 119.50 g; Tłuszcz: 57.59 g; Węglowodany ogółem: 328.75 g; Sól: 3.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.74 g; suma cukrów prostych: 62.99 g; Błonnik pokarmowy: 31.45 g;

piątek 2025-10-10		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, ser żółty 60g (2), Masło 20g* (2), rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3094.40 kcal; Białko ogółem: 163.86 g; Tłuszcz: 111.07 g; Węglowodany ogółem: 360.49 g; Sól: 4.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.71 g; suma cukrów prostych: 95.43 g; Błonnik pokarmowy: 30.85 g;

piątek 2025-10-10		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Masło 20g* (2), rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2557.00 kcal; Białko ogółem: 126.86 g; Tłuszcz: 73.67 g; Węglowodany ogółem: 358.38 g; Sól: 3.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.01 g; suma cukrów prostych: 95.12 g; Błonnik pokarmowy: 30.85 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Sałatka z roszponką,ogórkiem zielonym i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1),	Kapuśniak 350ml (1,8,11), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), surówka bułgarska120g,(3,11,13), Ziemniaki 200g*, Sos myśliwski 100g (1),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2813.54 kcal; Białko ogółem: 76.65 g; Tłuszcz: 98.28 g; Węglowodany ogółem: 414.61 g; Sól: 5.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.47 g; suma cukrów prostych: 118.98 g; Błonnik pokarmowy: 30.75 g;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2636.91 kcal; Białko ogółem: 82.95 g; Tłuszcz: 86.27 g; Węglowodany ogółem: 389.45 g; Sól: 3.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.29 g; suma cukrów prostych: 108.54 g; Błonnik pokarmowy: 27.67 g;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2642.21 kcal; Białko ogółem: 89.51 g; Tłuszcz: 82.31 g; Węglowodany ogółem: 390.61 g; Sól: 3.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.95 g; suma cukrów prostych: 110.71 g; Błonnik pokarmowy: 27.61 g;

sobota 2025-10-11 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),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2501.37 kcal; Białko ogółem: 105.06 g; Tłuszcz: 70.38 g; Węglowodany ogółem: 371.18 g; Sól: 2.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.08 g; suma cukrów prostych: 111.97 g; Błonnik pokarmowy: 26.84 g;

sobota 2025-10-11 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, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2629.70 kcal; Białko ogółem: 99.50 g; Tłuszcz: 82.29 g; Węglowodany ogółem: 376.03 g; Sól: 2.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.65 g; suma cukrów prostych: 111.35 g; Błonnik pokarmowy: 25.86 g;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g -, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2982.66 kcal; Białko ogółem: 118.17 g; Tłuszcz: 104.42 g; Węglowodany ogółem: 388.91 g; Sól: 3.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.68 g; suma cukrów prostych: 107.89 g; Błonnik pokarmowy: 27.67 g;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml.jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2),	Herbata 250g, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 150g,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2033.38 kcal; Białko ogółem: 95.85 g; Tłuszcz: 79.77 g; Węglowodany ogółem: 234.54 g; Sól: 1.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.66 g; suma cukrów prostych: 80.19 g; Błonnik pokarmowy: 15.19 g;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 20g* (2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), brokuły z wody 150g, Jarzynka gotowana 150g*,	Herbata 250g, Płatki jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2061.75 kcal; Białko ogółem: 78.21 g; Tłuszcz: 98.24 g; Węglowodany ogółem: 212.48 g; Sól: 2.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.86 g; suma cukrów prostych: 113.83 g; Błonnik pokarmowy: 16.15 g;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2383.80 kcal; Białko ogółem: 91.34 g; Tłuszcz: 79.35 g; Węglowodany ogółem: 328.26 g; Sól: 2.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.69 g; suma cukrów prostych: 123.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.12 g;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Sałatka z roszonek,ogórkiem zielonym i nasionami słonecznika 100g*, roszonek 5g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), surówka bułgarska120g.(3,11,13), kiwi 1szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2445.53 kcal; Białko ogółem: 80.53 g; Tłuszcz: 98.14 g; Węglowodany ogółem: 310.24 g; Sól: 5.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.77 g; suma cukrów prostych: 39.64 g; Błonnik pokarmowy: 33.10 g;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Sałatka z roszonek, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), surówka bułgarska120g.(3,11,13), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2720.47 kcal; Białko ogółem: 92.46 g; Tłuszcz: 86.04 g; Węglowodany ogółem: 406.92 g; Sól: 3.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.66 g; suma cukrów prostych: 110.57 g; Błonnik pokarmowy: 37.12 g;

sobota 2025-10-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z roszonek, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2045.06 kcal; Białko ogółem: 82.71 g; Tłuszcz: 82.49 g; Węglowodany ogółem: 247.50 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.07 g; suma cukrów prostych: 80.77 g; Błonnik pokarmowy: 20.37 g;

sobota 2025-10-11 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*, Sałatka z roszonek, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana b/ml b/ml 120g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, filet pieczony z indyka 60g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2155.69 kcal; Białko ogółem: 86.59 g; Tłuszcz: 47.20 g; Węglowodany ogółem: 357.13 g; Sól: 3.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.50 g; suma cukrów prostych: 90.07 g; Błonnik pokarmowy: 29.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-10-11			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., kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2482.21 kcal; Białko ogółem: 90.07 g; Tłuszcz: 65.79 g; Węglowodany ogółem: 390.01 g; Sól: 3.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.19 g; suma cukrów prostych: 110.50 g; Błonnik pokarmowy: 27.67 g;

sobota 2025-10-11			Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Ryż z jabłkami 350g.*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2606.51 kcal; Białko ogółem: 94.18 g; Tłuszcz: 71.86 g; Węglowodany ogółem: 403.43 g; Sól: 1.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.70 g; suma cukrów prostych: 125.21 g; Błonnik pokarmowy: 25.39 g;

sobota 2025-10-11			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z roszponką, ogórkiem zielonym i nasionami słonecznika 100g*, roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), Banan 1 szt, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,			
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2544.08 kcal; Białko ogółem: 83.71 g; Tłuszcz: 79.48 g; Węglowodany ogółem: 374.20 g; Sól: 5.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.03 g; suma cukrów prostych: 89.61 g; Błonnik pokarmowy: 28.20 g;

sobota 2025-10-11			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), ser żółty 60g (2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: podpiomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3163.11 kcal; Białko ogółem: 133.17 g; Tłuszcz: 120.02 g; Węglowodany ogółem: 383.98 g; Sól: 4.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.28 g; suma cukrów prostych: 102.96 g; Błonnik pokarmowy: 27.67 g;

sobota 2025-10-11			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), ogórek zielony talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), mandarynki 150g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt., Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Mus warzywno-owocowy 100g*,			
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: podpiomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2788.92 kcal; Białko ogółem: 82.49 g; Tłuszcz: 80.52 g; Węglowodany ogółem: 434.64 g; Sól: 3.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.42 g; suma cukrów prostych: 147.14 g; Błonnik pokarmowy: 35.18 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-10-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 50g (1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), schab benedykta 50g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, Kalafior oprószany 120g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Grejfrut 1/2 szt ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2547.30 kcal; Białko ogółem: 118.27 g; Tłuszcz: 80.91 g; Węglowodany ogółem: 345.52 g; Sól: 2.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.36 g; suma cukrów prostych: 99.63 g; Błonnik pokarmowy: 32.71 g;

niedziela 2025-10-12 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2558.15 kcal; Białko ogółem: 125.57 g; Tłuszcz: 78.99 g; Węglowodany ogółem: 343.45 g; Sól: 2.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.18 g; suma cukrów prostych: 103.02 g; Błonnik pokarmowy: 31.60 g;

niedziela 2025-10-12 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	rosół z makaronem 400ml b/soli, ziemniaki b/soli 200g m, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g , pomidor 100g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2462.15 kcal; Białko ogółem: 116.36 g; Tłuszcz: 78.76 g; Węglowodany ogółem: 329.62 g; Sól: 2.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.21 g; suma cukrów prostych: 107.86 g; Błonnik pokarmowy: 32.72 g;

niedziela 2025-10-12 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2412.70 kcal; Białko ogółem: 113.88 g; Tłuszcz: 64.76 g; Węglowodany ogółem: 351.93 g; Sól: 2.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.16 g; suma cukrów prostych: 87.75 g; Błonnik pokarmowy: 33.68 g;

niedziela 2025-10-12 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2412.60 kcal; Białko ogółem: 113.92 g; Tłuszcz: 64.69 g; Węglowodany ogółem: 351.75 g; Sól: 2.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.15 g; suma cukrów prostych: 86.98 g; Błonnik pokarmowy: 33.16 g;

niedziela 2025-10-12 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2702.55 kcal; Białko ogółem: 137.26 g; Tłuszcz: 86.24 g; Węglowodany ogółem: 344.95 g; Sól: 2.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.44 g; suma cukrów prostych: 104.42 g; Błonnik pokarmowy: 31.60 g;

niedziela 2025-10-12 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 150g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 250g, Jarzynka gotowana 150g*,

Jadłospisy dla oddziałów

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

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

niedziela 2025-10-12 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

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

niedziela 2025-10-12 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaki 200g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2640.55 kcal; Białko ogółem: 110.06 g; Tłuszcz: 79.60 g; Węglowodany ogółem: 373.35 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.52 g; suma cukrów prostych: 139.86 g; Błonnik pokarmowy: 29.86 g;

niedziela 2025-10-12 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), pomidor 100g, rukola 5g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Grejfrut 1/2 szt ,	twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), roszponka 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2320.50 kcal; Białko ogółem: 117.47 g; Tłuszcz: 72.72 g; Węglowodany ogółem: 309.36 g; Sól: 2.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.93 g; suma cukrów prostych: 69.62 g; Błonnik pokarmowy: 36.88 g;

niedziela 2025-10-12 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka talarki 100g, polędwica sopočka 50g(1,8), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kalaflor oprószany 120g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2794.85 kcal; Białko ogółem: 133.68 g; Tłuszcz: 83.65 g; Węglowodany ogółem: 382.03 g; Sól: 2.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.70 g; suma cukrów prostych: 102.38 g; Błonnik pokarmowy: 41.61 g;

niedziela 2025-10-12 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2046.80 kcal; Białko ogółem: 89.49 g; Tłuszcz: 68.88 g; Węglowodany ogółem: 276.32 g; Sól: 3.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.90 g; suma cukrów prostych: 85.90 g; Błonnik pokarmowy: 28.02 g;

niedziela 2025-10-12 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka talarki 100g, schab na kartki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	filet pieczony z indyka 40g , Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2038.70 kcal; Białko ogółem: 98.38 g; Tłuszcz: 45.41 g; Węglowodany ogółem: 316.08 g; Sól: 3.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.88 g; suma cukrów prostych: 68.65 g; Błonnik pokarmowy: 31.49 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-10-12		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2442.75 kcal; Białko ogółem: 126.21 g; Tłuszcz: 65.41 g; Węglowodany ogółem: 344.46 g; Sól: 2.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.37 g; suma cukrów prostych: 103.96 g; Błonnik pokarmowy: 31.60 g;

niedziela 2025-10-12		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kalafior oprószany 120g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2371.10 kcal; Białko ogółem: 84.47 g; Tłuszcz: 79.84 g; Węglowodany ogółem: 329.87 g; Sól: 3.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.57 g; suma cukrów prostych: 101.72 g; Błonnik pokarmowy: 30.49 g;

niedziela 2025-10-12		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Grejfrut 1/2 szt ,	herbata bez cukru 250ml, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, margaryna roślinna lactima 10g , roszponka 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2439.45 kcal; Białko ogółem: 130.76 g; Tłuszcz: 68.94 g; Węglowodany ogółem: 332.44 g; Sól: 2.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.84 g; suma cukrów prostych: 87.59 g; Błonnik pokarmowy: 31.67 g;

niedziela 2025-10-12		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ser topiony 2 szt. 34g 92), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2972.55 kcal; Białko ogółem: 146.24 g; Tłuszcz: 109.13 g; Węglowodany ogółem: 347.36 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.66 g; suma cukrów prostych: 105.39 g; Błonnik pokarmowy: 31.60 g;

niedziela 2025-10-12		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), gruszka 1 szt., rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2514.50 kcal; Białko ogółem: 105.30 g; Tłuszcz: 79.34 g; Węglowodany ogółem: 353.81 g; Sól: 2.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.57 g; suma cukrów prostych: 104.56 g; Błonnik pokarmowy: 35.80 g;

Dietetyk

.....