

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-10-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kasza manna na mleku 350ml (1,2), roszponka 5g, kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1),	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g.*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), ser żółty 60g (2), papryka św. 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2853.81 kcal; Białko ogółem: 97.67 g; Tłuszcz: 77.06 g; Węglowodany ogółem: 453.11 g; Sól: 2.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.27 g; suma cukrów prostych: 138.25 g; Błonnik pokarmowy: 40.54 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2466.55 kcal; Białko ogółem: 83.79 g; Tłuszcz: 61.97 g; Węglowodany ogółem: 400.70 g; Sól: 2.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.52 g; suma cukrów prostych: 113.97 g; Błonnik pokarmowy: 24.19 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2528.45 kcal; Białko ogółem: 86.18 g; Tłuszcz: 67.72 g; Węglowodany ogółem: 401.15 g; Sól: 2.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.09 g; suma cukrów prostych: 115.37 g; Błonnik pokarmowy: 24.19 g;

poniedziałek 2025-10-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszponka 5g, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2482.17 kcal; Białko ogółem: 94.01 g; Tłuszcz: 80.88 g; Węglowodany ogółem: 354.09 g; Sól: 2.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.85 g; suma cukrów prostych: 103.21 g; Błonnik pokarmowy: 26.51 g;

poniedziałek 2025-10-13 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszponka 5g, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g.*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2488.05 kcal; Białko ogółem: 76.65 g; Tłuszcz: 68.92 g; Węglowodany ogółem: 396.86 g; Sól: 2.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.04 g; suma cukrów prostych: 115.14 g; Błonnik pokarmowy: 24.56 g;

poniedziałek 2025-10-13 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Risotto dieta 300g* (13), Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2671.08 kcal; Białko ogółem: 116.70 g; Tłuszcz: 77.09 g; Węglowodany ogółem: 385.36 g; Sól: 2.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.44 g; suma cukrów prostych: 103.58 g; Błonnik pokarmowy: 24.80 g;

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1746.65 kcal; Białko ogółem: 61.70 g; Tłuszcz: 47.16 g; Węglowodany ogółem: 278.72 g; Sól: 3.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.34 g; suma cukrów prostych: 57.13 g; Błonnik pokarmowy: 28.07 g;

poniedziałek 2025-10-13		
Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Mus warzywno-owocowy 100g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1862.22 kcal; Białko ogółem: 73.69 g; Tłuszcz: 62.47 g; Węglowodany ogółem: 252.54 g; Sól: 1.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.63 g; suma cukrów prostych: 96.45 g; Błonnik pokarmowy: 21.31 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2175.77 kcal; Białko ogółem: 77.90 g; Tłuszcz: 71.63 g; Węglowodany ogółem: 309.24 g; Sól: 2.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.03 g; suma cukrów prostych: 107.19 g; Błonnik pokarmowy: 25.05 g;

poniedziałek 2025-10-13		
Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszponka 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Risotto dieta 300g* (13) , śliwki 150g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g , rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: podpiłomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2237.35 kcal; Białko ogółem: 90.51 g; Tłuszcz: 69.63 g; Węglowodany ogółem: 325.98 g; Sól: 1.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.11 g; suma cukrów prostych: 53.78 g; Błonnik pokarmowy: 36.63 g;

poniedziałek 2025-10-13		
Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g , kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Risotto dieta 300g* (13) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g , rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2477.88 kcal; Białko ogółem: 99.61 g; Tłuszcz: 66.05 g; Węglowodany ogółem: 382.54 g; Sól: 2.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.06 g; suma cukrów prostych: 76.94 g; Błonnik pokarmowy: 33.82 g;

poniedziałek 2025-10-13		
Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Ryż z jabłkami 350g.*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2003.35 kcal; Białko ogółem: 56.65 g; Tłuszcz: 64.27 g; Węglowodany ogółem: 300.68 g; Sól: 2.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.05 g; suma cukrów prostych: 112.47 g; Błonnik pokarmowy: 17.73 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2136.45 kcal; Białko ogółem: 58.71 g; Tłuszcz: 38.24 g; Węglowodany ogółem: 366.54 g; Sól: 2.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.97 g; suma cukrów prostych: 102.65 g; Błonnik pokarmowy: 24.92 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-10-13		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, Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), rozszponka 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ryż z jabłkami 350g*, Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2349.15 kcal; Białko ogółem: 83.65 g; Tłuszcz: 49.09 g; Węglowodany ogółem: 400.46 g; Sól: 2.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.36 g; suma cukrów prostych: 113.76 g; Błonnik pokarmowy: 24.19 g;

poniedziałek 2025-10-13		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), pomidor 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), rozszponka 5g, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ryż z jabłkami 350g*, Sałata 10g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, ser żółty 60g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2644.85 kcal; Białko ogółem: 93.05 g; Tłuszcz: 80.87 g; Węglowodany ogółem: 393.56 g; Sól: 2.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.59 g; suma cukrów prostych: 109.19 g; Błonnik pokarmowy: 23.62 g;

poniedziałek 2025-10-13		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, herbata bez cukru 250ml, rozszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ryż z jabłkami 350g*, śliwki 150g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g, herbata bez cukru 250ml, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2400.47 kcal; Białko ogółem: 92.26 g; Tłuszcz: 56.35 g; Węglowodany ogółem: 391.48 g; Sól: 2.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.41 g; suma cukrów prostych: 85.69 g; Błonnik pokarmowy: 30.96 g;

poniedziałek 2025-10-13		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), rozszponka 5g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), ser żółty 60g (2), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ryż z jabłkami 350g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g, ser topiony 3 x 17g-51g. (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3203.95 kcal; Białko ogółem: 137.26 g; Tłuszcz: 109.13 g; Węglowodany ogółem: 413.05 g; Sól: 3.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.59 g; suma cukrów prostych: 126.96 g; Błonnik pokarmowy: 21.69 g;

poniedziałek 2025-10-13		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), rozszponka 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ryż z jabłkami 350g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2466.55 kcal; Białko ogółem: 83.79 g; Tłuszcz: 61.97 g; Węglowodany ogółem: 400.70 g; Sól: 2.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.52 g; suma cukrów prostych: 113.97 g; Błonnik pokarmowy: 24.19 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-10-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml*(1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,	ogórkowa z ziem.350ml.(1,2,8,13), salatką z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemiaki 200g*, schab duszony 80g w sosie własnym (1),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), ogórek zielony talarki 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2436.96 kcal; Białko ogółem: 93.27 g; Tłuszcz: 67.85 g; Węglowodany ogółem: 374.01 g; Sól: 3.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.91 g; suma cukrów prostych: 96.37 g; Błonnik pokarmowy: 27.03 g;

wtorek 2025-10-14 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml*(1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g*(2), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemiaki 200g*, schab duszony 80g w sosie własnym (1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2390.96 kcal; Białko ogółem: 106.24 g; Tłuszcz: 57.31 g; Węglowodany ogółem: 369.69 g; Sól: 2.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.32 g; suma cukrów prostych: 104.51 g; Błonnik pokarmowy: 31.34 g;

wtorek 2025-10-14 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml*(1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g*(2), rzodkiewka talarki 100g, twarózek 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemiaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2361.81 kcal; Białko ogółem: 107.94 g; Tłuszcz: 61.36 g; Węglowodany ogółem: 350.78 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.12 g; suma cukrów prostych: 106.68 g; Błonnik pokarmowy: 30.80 g;

wtorek 2025-10-14 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g*(2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemiaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2230.12 kcal; Białko ogółem: 95.67 g; Tłuszcz: 58.77 g; Węglowodany ogółem: 335.79 g; Sól: 2.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.62 g; suma cukrów prostych: 100.21 g; Błonnik pokarmowy: 30.04 g;

wtorek 2025-10-14 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g*(2), rzodkiewka talarki 100g, twarózek 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemiaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2264.67 kcal; Białko ogółem: 105.31 g; Tłuszcz: 55.20 g; Węglowodany ogółem: 344.10 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.31 g; suma cukrów prostych: 84.62 g; Błonnik pokarmowy: 31.92 g;

wtorek 2025-10-14 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml*(1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g*(2), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), twarózek 70g (2), rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemiaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g , jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2739.56 kcal; Białko ogółem: 134.10 g; Tłuszcz: 77.06 g; Węglowodany ogółem: 373.34 g; Sól: 2.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.52 g; suma cukrów prostych: 106.68 g; Błonnik pokarmowy: 31.34 g;

wtorek 2025-10-14 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml*(1,2), Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemiaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemiaczana 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2498.22 kcal; Białko ogółem: 99.92 g; Tłuszcz: 86.11 g; Węglowodany ogółem: 335.49 g; Sól: 1.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.81 g; suma cukrów prostych: 99.98 g; Błonnik pokarmowy: 29.35 g;

wtorek 2025-10-14		
Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), 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), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2167.87 kcal; Białko ogółem: 82.07 g; Tłuszcz: 95.28 g; Węglowodany ogółem: 235.50 g; Sól: 2.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.78 g; suma cukrów prostych: 128.11 g; Błonnik pokarmowy: 13.38 g;

wtorek 2025-10-14		
Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), mus warzywno-owocowy 100g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2479.17 kcal; Białko ogółem: 100.18 g; Tłuszcz: 67.87 g; Węglowodany ogółem: 370.35 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.64 g; suma cukrów prostych: 110.82 g; Błonnik pokarmowy: 33.58 g;

wtorek 2025-10-14		
Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, pomarańcza 1 szt, Ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony talarki 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Biszkoptki bez cukru 30g (1,3),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2344.78 kcal; Białko ogółem: 99.22 g; Tłuszcz: 76.16 g; Węglowodany ogółem: 322.86 g; Sól: 2.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.73 g; suma cukrów prostych: 49.82 g; Błonnik pokarmowy: 32.76 g;

wtorek 2025-10-14		
Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2536.93 kcal; Białko ogółem: 110.94 g; Tłuszcz: 59.60 g; Węglowodany ogółem: 400.51 g; Sól: 2.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.74 g; suma cukrów prostych: 105.09 g; Błonnik pokarmowy: 40.88 g;

wtorek 2025-10-14		
Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane b/mąki 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1791.83 kcal; Białko ogółem: 82.41 g; Tłuszcz: 52.09 g; Węglowodany ogółem: 250.96 g; Sól: 3.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.13 g; suma cukrów prostych: 87.04 g; Błonnik pokarmowy: 25.41 g;

wtorek 2025-10-14		
Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, filet pieczony z indyka 60g , kleik z kaszy manny 350ml(1), rukola 5g,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane b/mleka 120g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 50g*, pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1890.71 kcal; Białko ogółem: 91.36 g; Tłuszcz: 25.80 g; Węglowodany ogółem: 330.94 g; Sól: 3.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.81 g; suma cukrów prostych: 71.60 g; Błonnik pokarmowy: 32.10 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-10-14		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), margaryna roślinna lactima 10g , rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2273.56 kcal; Białko ogółem: 106.10 g; Tłuszcz: 44.44 g; Węglowodany ogółem: 369.45 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.17 g; suma cukrów prostych: 104.30 g; Błonnik pokarmowy: 31.34 g;

wtorek 2025-10-14		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynki 150g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Knedle z truskawkami 300g* (1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2591.03 kcal; Białko ogółem: 88.94 g; Tłuszcz: 64.68 g; Węglowodany ogółem: 415.02 g; Sól: 2.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.84 g; suma cukrów prostych: 114.93 g; Błonnik pokarmowy: 33.71 g;

wtorek 2025-10-14		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, pomarańcza 1 szt, Ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g , chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony talarki 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: Biskopki bez cukru 30g (1,3),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2289.53 kcal; Białko ogółem: 104.65 g; Tłuszcz: 58.07 g; Węglowodany ogółem: 339.76 g; Sól: 2.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.18 g; suma cukrów prostych: 64.95 g; Błonnik pokarmowy: 26.51 g;

wtorek 2025-10-14		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg 70g (2), rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g , jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2772.61 kcal; Białko ogółem: 138.42 g; Tłuszcz: 80.98 g; Węglowodany ogółem: 367.78 g; Sól: 2.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.02 g; suma cukrów prostych: 123.44 g; Błonnik pokarmowy: 30.76 g;

wtorek 2025-10-14		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2129.11 kcal; Białko ogółem: 93.56 g; Tłuszcz: 51.23 g; Węglowodany ogółem: 329.65 g; Sól: 1.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.88 g; suma cukrów prostych: 86.79 g; Błonnik pokarmowy: 30.76 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-10-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), papryka św. 100g , Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g (1), roszonek 5g ,	Zupa minestrone 350ml (1,13), wątróbka drobiowa smażona 100g z cebulką 50g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g , Surówka z kiszzonej kapusty 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g,
	Podwieczerek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2738.17 kcal; Białko ogółem: 109.69 g; Tłuszcz: 93.54 g; Węglowodany ogółem: 374.27 g; Sól: 3.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.33 g; suma cukrów prostych: 93.12 g; Błonnik pokarmowy: 38.97 g;

środa 2025-10-15 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), wątróbka drobiowa gotowana 140g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g , Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2452.63 kcal; Białko ogółem: 110.75 g; Tłuszcz: 84.37 g; Węglowodany ogółem: 320.30 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.93 g; suma cukrów prostych: 68.36 g; Błonnik pokarmowy: 25.87 g;

środa 2025-10-15 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), wątróbka drobiowa gotowana 140g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g , Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , rzodkiewka 100g, twarożek 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2366.93 kcal; Białko ogółem: 119.79 g; Tłuszcz: 79.64 g; Węglowodany ogółem: 299.90 g; Sól: 2.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.75 g; suma cukrów prostych: 71.97 g; Błonnik pokarmowy: 25.29 g;

środa 2025-10-15 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , rzodkiewka 100g, twarożek 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2067.33 kcal; Białko ogółem: 96.25 g; Tłuszcz: 61.89 g; Węglowodany ogółem: 286.71 g; Sól: 3.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.85 g; suma cukrów prostych: 69.51 g; Błonnik pokarmowy: 22.52 g;

środa 2025-10-15 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, twarożek 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2285.83 kcal; Białko ogółem: 109.69 g; Tłuszcz: 61.47 g; Węglowodany ogółem: 330.81 g; Sól: 3.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.53 g; suma cukrów prostych: 72.46 g; Błonnik pokarmowy: 24.70 g;

środa 2025-10-15 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), wątróbka drobiowa gotowana 140g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g , Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g, twarożek 70g (2),
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2589.83 kcal; Białko ogółem: 138.47 g; Tłuszcz: 85.07 g; Węglowodany ogółem: 325.20 g; Sól: 2.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.32 g; suma cukrów prostych: 72.70 g; Błonnik pokarmowy: 25.87 g;

środa 2025-10-15 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2097.64 kcal; Białko ogółem: 90.56 g; Tłuszcz: 70.98 g; Węglowodany ogółem: 277.48 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.05 g; suma cukrów prostych: 79.85 g; Błonnik pokarmowy: 20.01 g;

środa 2025-10-15 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml.jajo,masło 350ml,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Masło 15g*(2), bukiet warzyw dieta 150 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2114.36 kcal; Białko ogółem: 79.12 g; Tłuszcz: 82.00 g; Węglowodany ogółem: 258.59 g; Sól: 3.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.11 g; suma cukrów prostych: 99.95 g; Błonnik pokarmowy: 12.97 g;

środa 2025-10-15 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), mus warzywno-owocowy 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2326.53 kcal; Białko ogółem: 98.78 g; Tłuszcz: 69.85 g; Węglowodany ogółem: 329.49 g; Sól: 2.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.92 g; suma cukrów prostych: 74.49 g; Błonnik pokarmowy: 26.40 g;

środa 2025-10-15 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), papryka św. 100g, rozszonka 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), wątróbka drobiowa gotowana 140g*, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Surówka z kiszzonej kapusty 120 g, gruszka 1 szt., ziemniaki 200g, Sos koperkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2413.86 kcal; Białko ogółem: 105.21 g; Tłuszcz: 84.54 g; Węglowodany ogółem: 316.98 g; Sól: 2.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.79 g; suma cukrów prostych: 62.13 g; Błonnik pokarmowy: 36.72 g;

środa 2025-10-15 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), wątróbka drobiowa gotowana 140g*, surówka z ogórka kisz.120g(11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), rzodkiewka 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2780.27 kcal; Białko ogółem: 117.21 g; Tłuszcz: 88.19 g; Węglowodany ogółem: 392.39 g; Sól: 3.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.81 g; suma cukrów prostych: 81.62 g; Błonnik pokarmowy: 37.85 g;

środa 2025-10-15 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Herbata z cukrem 250ml*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Ziemniaki 200g*, Filet z kurczaka gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2),, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2134.46 kcal; Białko ogółem: 93.58 g; Tłuszcz: 70.44 g; Węglowodany ogółem: 292.78 g; Sól: 3.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.59 g; suma cukrów prostych: 68.61 g; Błonnik pokarmowy: 23.76 g;

środa 2025-10-15 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, poledwica sopocka 50g(1,8), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, miód 1 szt.(25g), rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1882.76 kcal; Białko ogółem: 79.07 g; Tłuszcz: 40.07 g; Węglowodany ogółem: 302.21 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.74 g; suma cukrów prostych: 65.11 g; Błonnik pokarmowy: 23.60 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-10-15			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Salátka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),		Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), wątróbka drobiowa gotowana 140g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g,		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g,	
		Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2283.98 kcal; Białko ogółem: 109.55 g; Tłuszcz: 68.22 g; Węglowodany ogółem: 315.44 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.30 g; suma cukrów prostych: 67.70 g; Błonnik pokarmowy: 25.43 g;

środa 2025-10-15			Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Salátka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),		Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 200g,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2796.28 kcal; Białko ogółem: 119.16 g; Tłuszcz: 84.90 g; Węglowodany ogółem: 392.50 g; Sól: 2.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.91 g; suma cukrów prostych: 84.29 g; Błonnik pokarmowy: 27.88 g;

środa 2025-10-15			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g, papryka św. 100g, pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g,		Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, wątróbka drobiowa gotowana 140g*, Surówka z kiszzonej kapusty 120 g, gruszka 1 szt., ziemniaki 200g, Sos koperkowy 100g (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g (1), margaryna roślinna lactima 10g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka 100g, rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),	
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),		Podwieczorek: kisiel b/c 250g,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2623.16 kcal; Białko ogółem: 117.79 g; Tłuszcz: 78.47 g; Węglowodany ogółem: 366.26 g; Sól: 3.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.81 g; suma cukrów prostych: 88.25 g; Błonnik pokarmowy: 30.59 g;

środa 2025-10-15			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Salátka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),		Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), wątróbka drobiowa gotowana 140g*, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g, Sos koperkowy 100g (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, rzodkiewka 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g, twarożek 70g (2), szynka konserwowa 50g (8),	
		Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2790.93 kcal; Białko ogółem: 146.67 g; Tłuszcz: 107.24 g; Węglowodany ogółem: 311.31 g; Sól: 3.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.57 g; suma cukrów prostych: 82.79 g; Błonnik pokarmowy: 24.77 g;

środa 2025-10-15			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), jabłko deserowe 1 szt., Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Salátka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*,		Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), wątróbka drobiowa gotowana 140g*, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g, Sos koperkowy 100g (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, rzodkiewka 100g, twarożek 70g (2), rukola 5g,	
		Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2541.88 kcal; Białko ogółem: 113.08 g; Tłuszcz: 86.80 g; Węglowodany ogółem: 332.82 g; Sól: 2.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.94 g; suma cukrów prostych: 96.11 g; Błonnik pokarmowy: 32.32 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-10-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z sałaty,pomidora i pestkami dyni 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 50g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), brukselka z bułką tartą 120g(1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek kiszony 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2608.34 kcal; Białko ogółem: 112.25 g; Tłuszcz: 99.24 g; Węglowodany ogółem: 322.51 g; Sól: 4.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.83 g; suma cukrów prostych: 73.81 g; Błonnik pokarmowy: 29.77 g;

czwartek 2025-10-16 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2446.93 kcal; Białko ogółem: 121.68 g; Tłuszcz: 79.22 g; Węglowodany ogółem: 321.92 g; Sól: 3.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.95 g; suma cukrów prostych: 81.55 g; Błonnik pokarmowy: 28.32 g;

czwartek 2025-10-16 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2332.53 kcal; Białko ogółem: 117.50 g; Tłuszcz: 78.14 g; Węglowodany ogółem: 299.12 g; Sól: 3.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.48 g; suma cukrów prostych: 81.07 g; Błonnik pokarmowy: 27.74 g;

czwartek 2025-10-16 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), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), marchew gotowana 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2299.37 kcal; Białko ogółem: 94.02 g; Tłuszcz: 74.82 g; Węglowodany ogółem: 322.25 g; Sól: 3.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.34 g; suma cukrów prostych: 81.56 g; Błonnik pokarmowy: 28.45 g;

czwartek 2025-10-16 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), marchew gotowana 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2373.73 kcal; Białko ogółem: 103.67 g; Tłuszcz: 68.76 g; Węglowodany ogółem: 346.32 g; Sól: 3.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.55 g; suma cukrów prostych: 82.31 g; Błonnik pokarmowy: 30.40 g;

czwartek 2025-10-16 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, szynka konserwowa 50g (8), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2508.43 kcal; Białko ogółem: 130.78 g; Tłuszcz: 82.02 g; Węglowodany ogółem: 321.92 g; Sól: 4.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.74 g; suma cukrów prostych: 81.55 g; Błonnik pokarmowy: 28.32 g;

czwartek 2025-10-16 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajko, masło 350ml,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2),

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2062.89 kcal; Białko ogółem: 92.87 g; Tłuszcz: 63.42 g; Węglowodany ogółem: 287.85 g; Sól: 1.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.35 g; suma cukrów prostych: 76.94 g; Błonnik pokarmowy: 25.47 g;

czwartek 2025-10-16 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2004.56 kcal; Białko ogółem: 82.16 g; Tłuszcz: 72.66 g; Węglowodany ogółem: 254.12 g; Sól: 1.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.07 g; suma cukrów prostych: 99.65 g; Błonnik pokarmowy: 18.17 g;

czwartek 2025-10-16 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Napój roślinny 330g*,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2527.06 kcal; Białko ogółem: 88.89 g; Tłuszcz: 67.54 g; Węglowodany ogółem: 377.72 g; Sól: 3.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.55 g; suma cukrów prostych: 111.37 g; Błonnik pokarmowy: 27.69 g;

czwartek 2025-10-16 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata b/c 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z sałaty, pomidora i pestkami dyni 100g*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , Udko gotowane 1szt 200g,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka konserwowa 50g (8), ogórek kiszony 100g, roszponka 5g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2298.96 kcal; Białko ogółem: 100.76 g; Tłuszcz: 85.75 g; Węglowodany ogółem: 293.67 g; Sól: 5.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.52 g; suma cukrów prostych: 36.78 g; Błonnik pokarmowy: 34.21 g;

czwartek 2025-10-16 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), brukselka z bułką tartą 120g(1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, 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]: 2610.26 kcal; Białko ogółem: 131.15 g; Tłuszcz: 78.98 g; Węglowodany ogółem: 359.03 g; Sól: 3.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.22 g; suma cukrów prostych: 78.25 g; Błonnik pokarmowy: 40.26 g;

czwartek 2025-10-16 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog. naturalny 70g. (2), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, marchew gotowana 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, pomidor 100g, szynka konserwowa 50g (8), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2073.13 kcal; Białko ogółem: 101.43 g; Tłuszcz: 76.14 g; Węglowodany ogółem: 256.43 g; Sól: 3.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.53 g; suma cukrów prostych: 78.73 g; Błonnik pokarmowy: 22.57 g;

czwartek 2025-10-16 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), filet pieczony z indyka 60g ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2081.47 kcal; Białko ogółem: 102.55 g; Tłuszcz: 55.74 g; Węglowodany ogółem: 301.67 g; Sól: 3.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.82 g; suma cukrów prostych: 57.09 g; Błonnik pokarmowy: 27.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-10-16		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udka gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2329.53 kcal; Białko ogółem: 121.54 g; Tłuszcz: 66.35 g; Węglowodany ogółem: 321.67 g; Sól: 3.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.80 g; suma cukrów prostych: 81.34 g; Błonnik pokarmowy: 28.32 g;

czwartek 2025-10-16		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), pomidor 100g, roszonek 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2428.08 kcal; Białko ogółem: 100.98 g; Tłuszcz: 83.57 g; Węglowodany ogółem: 322.58 g; Sól: 4.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.63 g; suma cukrów prostych: 81.61 g; Błonnik pokarmowy: 28.32 g;

czwartek 2025-10-16		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Sałatka z sałaty, pomidora i pestkami dyni 100g*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, jabłko deserowe 1 szt. , Udka gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 50g (1), szynka konserwowa 50g (8), ogórek kiszony 100g, roszonek 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
II Śniadanie: sok pomidorowy 150ml,	Podwieczorek: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2513.16 kcal; Białko ogółem: 113.77 g; Tłuszcz: 81.93 g; Węglowodany ogółem: 341.08 g; Sól: 6.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.42 g; suma cukrów prostych: 80.70 g; Błonnik pokarmowy: 29.25 g;

czwartek 2025-10-16		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, serek homog. naturalny 70g. (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udka gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, Ser żółty 50g(2), roszonek 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2612.93 kcal; Białko ogółem: 138.89 g; Tłuszcz: 98.84 g; Węglowodany ogółem: 301.27 g; Sól: 3.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.06 g; suma cukrów prostych: 82.52 g; Błonnik pokarmowy: 27.74 g;

czwartek 2025-10-16		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udka gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g,
II Śniadanie: Kisiel 250 g,	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2446.63 kcal; Białko ogółem: 117.54 g; Tłuszcz: 78.14 g; Węglowodany ogółem: 327.64 g; Sól: 3.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.48 g; suma cukrów prostych: 103.79 g; Błonnik pokarmowy: 27.76 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Twarożek z rzodkiewką i szczyptką 170g (2)*, kakao 250ml (1,2), kasza manna na mleku 350ml (1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), roszonek 5g ,	Barszcz ukraiński z fasolą 350ml(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2715.52 kcal; Białko ogółem: 127.99 g; Tłuszcz: 60.59 g; Węglowodany ogółem: 431.23 g; Sól: 3.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.98 g; suma cukrów prostych: 130.95 g; Błonnik pokarmowy: 38.93 g;

piątek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2274.25 kcal; Białko ogółem: 99.43 g; Tłuszcz: 65.00 g; Węglowodany ogółem: 331.07 g; Sól: 3.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.28 g; suma cukrów prostych: 119.87 g; Błonnik pokarmowy: 24.82 g;

piątek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszonek 5g , kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki b/soli 200g m, Szpinak gotowany 120g(2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g 3 kromki , rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2340.69 kcal; Białko ogółem: 84.46 g; Tłuszcz: 71.84 g; Węglowodany ogółem: 348.02 g; Sól: 2.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.57 g; suma cukrów prostych: 122.27 g; Błonnik pokarmowy: 27.08 g;

piątek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszonek 5g , kasza manna na mleku 350ml (1,2),	ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g 3 kromki , rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2352.48 kcal; Białko ogółem: 94.43 g; Tłuszcz: 57.01 g; Węglowodany ogółem: 376.86 g; Sól: 3.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.76 g; suma cukrów prostych: 101.76 g; Błonnik pokarmowy: 31.92 g;

piątek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszonek 5g , kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2476.98 kcal; Białko ogółem: 96.37 g; Tłuszcz: 70.11 g; Węglowodany ogółem: 375.30 g; Sól: 2.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.36 g; suma cukrów prostych: 99.40 g; Błonnik pokarmowy: 28.44 g;

piątek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszonek 5g , kasza manna na mleku 350ml (1,2), pomidor 100g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2684.75 kcal; Białko ogółem: 122.28 g; Tłuszcz: 71.60 g; Węglowodany ogółem: 399.57 g; Sól: 3.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.13 g; suma cukrów prostych: 127.14 g; Błonnik pokarmowy: 30.82 g;

piątek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kakao 250ml (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, szpinak gotowany 150g (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2124.28 kcal; Białko ogółem: 85.18 g; Tłuszcz: 61.92 g; Węglowodany ogółem: 316.02 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.89 g; suma cukrów prostych: 78.87 g; Błonnik pokarmowy: 28.57 g;

piątek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2053.02 kcal; Białko ogółem: 85.27 g; Tłuszcz: 84.27 g; Węglowodany ogółem: 236.72 g; Sól: 2.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.36 g; suma cukrów prostych: 74.25 g; Błonnik pokarmowy: 17.70 g;

piątek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), kasza manna na mleku 350ml (1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), Szpinak gotowany 120g(2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2557.25 kcal; Białko ogółem: 88.08 g; Tłuszcz: 66.42 g; Węglowodany ogółem: 410.45 g; Sól: 2.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.22 g; suma cukrów prostych: 124.27 g; Błonnik pokarmowy: 33.27 g;

piątek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kakao b/c 250ml (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), kiwi 1szt., Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: podpiłomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2011.12 kcal; Białko ogółem: 107.10 g; Tłuszcz: 69.18 g; Węglowodany ogółem: 245.82 g; Sól: 2.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.73 g; suma cukrów prostych: 46.23 g; Błonnik pokarmowy: 30.61 g;

piątek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homog.naturalny 70g. (2), roszonek 5g , kasza manna na mleku 350ml (1,2), pomidor 100g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), surówka meksykańska 120g (3,11,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2762.78 kcal; Białko ogółem: 117.27 g; Tłuszcz: 70.16 g; Węglowodany ogółem: 431.02 g; Sól: 3.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.36 g; suma cukrów prostych: 128.10 g; Błonnik pokarmowy: 39.92 g;

piątek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), roszonek 5g , kasza manna na mleku 350ml (1,2), pomidor 100g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), filet z dorsza parowany 100g (4,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rukola 5g, filet pieczony z indyka 60g , rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1773.63 kcal; Białko ogółem: 81.55 g; Tłuszcz: 56.62 g; Węglowodany ogółem: 245.56 g; Sól: 2.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.37 g; suma cukrów prostych: 80.36 g; Błonnik pokarmowy: 21.16 g;

piątek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g , pomidor 100g,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak 120 g, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, rukola 5g, rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2069.19 kcal; Białko ogółem: 73.46 g; Tłuszcz: 34.23 g; Węglowodany ogółem: 372.06 g; Sól: 3.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.51 g; suma cukrów prostych: 95.76 g; Błonnik pokarmowy: 28.24 g;

piątek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2156.85 kcal; Białko ogółem: 99.28 g; Tłuszcz: 52.13 g; Węglowodany ogółem: 330.83 g; Sól: 3.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.13 g; suma cukrów prostych: 119.66 g; Błonnik pokarmowy: 24.82 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-10-17		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszonek 5g, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, ser żółty 60g (2), rzodkiewka 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2536.55 kcal; Białko ogółem: 116.82 g; Tłuszcz: 86.35 g; Węglowodany ogółem: 331.58 g; Sól: 3.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.46 g; suma cukrów prostych: 121.33 g; Błonnik pokarmowy: 24.82 g;

piątek 2025-10-17		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g, Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, kakao 250ml (1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), roszonek 5g, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), kiwi 1szt., Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 50g (1), margaryna roślinna lactima 10g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2146.43 kcal; Białko ogółem: 118.24 g; Tłuszcz: 62.83 g; Węglowodany ogółem: 280.15 g; Sól: 3.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.86 g; suma cukrów prostych: 75.23 g; Błonnik pokarmowy: 24.00 g;

piątek 2025-10-17		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), pomidor 100g, szynka piastowska 50g(8), kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, rukola 5g, ser żółty 60g (2), twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2639.35 kcal; Białko ogółem: 130.61 g; Tłuszcz: 97.12 g; Węglowodany ogółem: 305.93 g; Sól: 3.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.56 g; suma cukrów prostych: 119.82 g; Błonnik pokarmowy: 21.74 g;

piątek 2025-10-17		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka piastowska 50g(8), kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2055.00 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 63.68 g; Węglowodany ogółem: 282.10 g; Sól: 2.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.75 g; suma cukrów prostych: 96.63 g; Błonnik pokarmowy: 21.17 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-10-18 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 50g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	Masło 15g*(2), herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta rybna z twarogiem 70g (2,4), papryka św. 100g , roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Grejfrut 1/2 szt ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2563.10 kcal; Białko ogółem: 101.93 g; Tłuszcz: 82.39 g; Węglowodany ogółem: 367.71 g; Sól: 3.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.07 g; suma cukrów prostych: 83.45 g; Błonnik pokarmowy: 33.43 g;

sobota 2025-10-18 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Sałatka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), ziemniaki 200g*,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2463.37 kcal; Białko ogółem: 92.24 g; Tłuszcz: 80.02 g; Węglowodany ogółem: 356.48 g; Sól: 2.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.64 g; suma cukrów prostych: 74.55 g; Błonnik pokarmowy: 33.35 g;

sobota 2025-10-18 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), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), bukiet warzyw dieta 120g,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g 3 kromki , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2270.72 kcal; Białko ogółem: 98.07 g; Tłuszcz: 86.11 g; Węglowodany ogółem: 280.04 g; Sól: 2.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.80 g; suma cukrów prostych: 78.90 g; Błonnik pokarmowy: 28.21 g;

sobota 2025-10-18 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), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), ziemniaki 200g*,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g 3 kromki , twarózek 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2356.32 kcal; Białko ogółem: 101.11 g; Tłuszcz: 75.29 g; Węglowodany ogółem: 330.20 g; Sól: 2.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.19 g; suma cukrów prostych: 81.37 g; Błonnik pokarmowy: 31.77 g;

sobota 2025-10-18 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 200g*,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), papryka św. 100g , roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2561.52 kcal; Białko ogółem: 99.09 g; Tłuszcz: 86.12 g; Węglowodany ogółem: 354.97 g; Sól: 2.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.53 g; suma cukrów prostych: 82.40 g; Błonnik pokarmowy: 33.55 g;

sobota 2025-10-18 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Rzodkiew biała 100g , serek homo owocowy 70g (2), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, potrawka drobiowa 150g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2620.27 kcal; Białko ogółem: 115.92 g; Tłuszcz: 98.94 g; Węglowodany ogółem: 316.00 g; Sól: 2.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.18 g; suma cukrów prostych: 91.41 g; Błonnik pokarmowy: 28.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-10-18		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV
herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200 g, Masło 10g(2),	herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), masło 10g - 1 szt. (2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1891.82 kcal; Białko ogółem: 62.46 g; Tłuszcz: 63.54 g; Węglowodany ogółem: 281.01 g; Sól: 3.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.90 g; suma cukrów prostych: 57.67 g; Błonnik pokarmowy: 24.53 g;

sobota 2025-10-18		Jadłospis dla diety: Płynna XIII
herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200 g, Jarzynka gotowana 150g*,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1981.55 kcal; Białko ogółem: 74.55 g; Tłuszcz: 75.82 g; Węglowodany ogółem: 253.45 g; Sól: 5.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.97 g; suma cukrów prostych: 85.12 g; Błonnik pokarmowy: 17.93 g;

sobota 2025-10-18		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2017.55 kcal; Białko ogółem: 78.00 g; Tłuszcz: 69.91 g; Węglowodany ogółem: 273.48 g; Sól: 2.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.33 g; suma cukrów prostych: 81.95 g; Błonnik pokarmowy: 26.00 g;

sobota 2025-10-18		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), gruszka 1 szt., Grejfrut 1/2 szt , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pasta rybna z twarogiem 70g (2,4), papryka św. 100g , roszonek 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2519.60 kcal; Białko ogółem: 97.13 g; Tłuszcz: 79.14 g; Węglowodany ogółem: 370.11 g; Sól: 2.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.67 g; suma cukrów prostych: 80.02 g; Błonnik pokarmowy: 46.52 g;

sobota 2025-10-18		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, gruszka 1 szt., potrawka drobiowa 150g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2412.39 kcal; Białko ogółem: 94.56 g; Tłuszcz: 81.71 g; Węglowodany ogółem: 339.25 g; Sól: 2.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.33 g; suma cukrów prostych: 87.05 g; Błonnik pokarmowy: 36.82 g;

sobota 2025-10-18		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL
herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Ryż na mleku 350 ml*(2), czarnuszka 2g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Jajko sadzone 1szt*(3), bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1669.55 kcal; Białko ogółem: 63.90 g; Tłuszcz: 62.08 g; Węglowodany ogółem: 218.46 g; Sól: 3.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.98 g; suma cukrów prostych: 60.40 g; Błonnik pokarmowy: 20.90 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-10-18		
Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., polędwica sopocka 50g(1,8), Rzodkiew biała 100g, rukola 5g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami b/ml 350ml (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g,	herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, schab na kartki 50g*, roszonek 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1834.20 kcal; Białko ogółem: 84.51 g; Tłuszcz: 48.83 g; Węglowodany ogółem: 267.42 g; Sól: 2.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.30 g; suma cukrów prostych: 59.15 g; Błonnik pokarmowy: 27.78 g;

sobota 2025-10-18		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Rzodkiew biała 100g, rukola 5g, Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, potrawka drobiowa 150g (1,2,13),	herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2037.92 kcal; Białko ogółem: 89.91 g; Tłuszcz: 57.73 g; Węglowodany ogółem: 300.25 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.12 g; suma cukrów prostych: 77.18 g; Błonnik pokarmowy: 28.79 g;

sobota 2025-10-18		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Rzodkiew biała 100g, rukola 5g, Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana 100g,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszonek 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2507.00 kcal; Białko ogółem: 107.68 g; Tłuszcz: 74.33 g; Węglowodany ogółem: 356.48 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.59 g; suma cukrów prostych: 90.85 g; Błonnik pokarmowy: 27.95 g;

sobota 2025-10-18		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Grejfrut 1/2 szt., Potrawka drobiowa 160g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 50g (1), Pasta rybna z twarogiem 70g (2,4), papryka św. 100g, roszonek 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2353.35 kcal; Białko ogółem: 112.54 g; Tłuszcz: 71.89 g; Węglowodany ogółem: 323.28 g; Sól: 3.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.52 g; suma cukrów prostych: 100.52 g; Błonnik pokarmowy: 32.67 g;

sobota 2025-10-18		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Rzodkiew biała 100g, Twaróg 100g (2), rukola 5g, Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, bukiet warzyw dieta 120g, potrawka drobiowa 150g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszonek 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2646.27 kcal; Białko ogółem: 120.08 g; Tłuszcz: 99.62 g; Węglowodany ogółem: 316.44 g; Sól: 2.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.92 g; suma cukrów prostych: 108.95 g; Błonnik pokarmowy: 28.61 g;

sobota 2025-10-18		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), jabłko deserowe 1 szt., Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, mandarynka 1 szt., potrawka drobiowa 150g (1,2,13),	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, papryka św. 100g, ser żółty 60g (2), roszonek 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2377.72 kcal; Białko ogółem: 104.76 g; Tłuszcz: 91.98 g; Węglowodany ogółem: 292.36 g; Sól: 2.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.24 g; suma cukrów prostych: 92.19 g; Błonnik pokarmowy: 28.05 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-10-19 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z ogórka, salaty zielonej i nasionami słonecznika 100g*, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka panier. 100g*(1,3,13), Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2979.98 kcal; Białko ogółem: 108.53 g; Tłuszcz: 112.06 g; Węglowodany ogółem: 393.06 g; Sól: 4.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.49 g; suma cukrów prostych: 99.53 g; Błonnik pokarmowy: 28.38 g;

niedziela 2025-10-19 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2730.98 kcal; Białko ogółem: 119.59 g; Tłuszcz: 82.34 g; Węglowodany ogółem: 386.06 g; Sól: 3.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.42 g; suma cukrów prostych: 109.72 g; Błonnik pokarmowy: 35.38 g;

niedziela 2025-10-19 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Grysikowa 300ml (1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki b/soli 200g m, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2274.48 kcal; Białko ogółem: 106.68 g; Tłuszcz: 59.70 g; Węglowodany ogółem: 334.47 g; Sól: 3.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.50 g; suma cukrów prostych: 104.11 g; Błonnik pokarmowy: 31.74 g;

niedziela 2025-10-19 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2613.45 kcal; Białko ogółem: 107.36 g; Tłuszcz: 80.55 g; Węglowodany ogółem: 373.68 g; Sól: 3.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.57 g; suma cukrów prostych: 102.89 g; Błonnik pokarmowy: 35.56 g;

niedziela 2025-10-19 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony talarki 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2508.35 kcal; Białko ogółem: 110.66 g; Tłuszcz: 66.40 g; Węglowodany ogółem: 374.98 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.04 g; suma cukrów prostych: 104.45 g; Błonnik pokarmowy: 33.68 g;

niedziela 2025-10-19 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twaróg 100g (2), rukola 5g, serek homo owocowy 70g (2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2903.85 kcal; Białko ogółem: 149.90 g; Tłuszcz: 84.65 g; Węglowodany ogółem: 393.60 g; Sól: 3.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.57 g; suma cukrów prostych: 121.79 g; Błonnik pokarmowy: 35.07 g;

niedziela 2025-10-19 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2598.94 kcal; Białko ogółem: 107.91 g; Tłuszcz: 91.38 g; Węglowodany ogółem: 340.82 g; Sól: 2.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.56 g; suma cukrów prostych: 109.34 g; Błonnik pokarmowy: 29.29 g;

niedziela 2025-10-19 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2365.51 kcal; Białko ogółem: 87.47 g; Tłuszcz: 87.79 g; Węglowodany ogółem: 303.09 g; Sól: 2.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.76 g; suma cukrów prostych: 136.80 g; Błonnik pokarmowy: 24.90 g;

niedziela 2025-10-19 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Jarzynka gotowana 100g * (1,2,13), Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2719.60 kcal; Białko ogółem: 113.75 g; Tłuszcz: 79.30 g; Węglowodany ogółem: 392.43 g; Sól: 2.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.40 g; suma cukrów prostych: 129.84 g; Błonnik pokarmowy: 27.96 g;

niedziela 2025-10-19 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), Salatką z ogórka, sałaty zielonej i nasionami słonecznika 100g*, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2693.45 kcal; Białko ogółem: 121.58 g; Tłuszcz: 104.56 g; Węglowodany ogółem: 320.39 g; Sól: 3.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.61 g; suma cukrów prostych: 56.18 g; Błonnik pokarmowy: 35.67 g;

niedziela 2025-10-19 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, salatką z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2754.15 kcal; Białko ogółem: 121.08 g; Tłuszcz: 80.18 g; Węglowodany ogółem: 399.15 g; Sól: 3.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.10 g; suma cukrów prostych: 110.57 g; Błonnik pokarmowy: 42.71 g;

niedziela 2025-10-19 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), mandarynka 1 szt., chleb b/glutenowy 3 kromki, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1874.20 kcal; Białko ogółem: 84.18 g; Tłuszcz: 52.96 g; Węglowodany ogółem: 272.87 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.14 g; suma cukrów prostych: 85.13 g; Błonnik pokarmowy: 25.06 g;

niedziela 2025-10-19 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka 100g, schab na kartki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	miód 1 szt.(25g), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), mandarynka 1 szt.,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

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

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-10-19		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	serek homog.naturalny 70g. (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2407.25 kcal; Białko ogółem: 121.79 g; Tłuszcz: 46.99 g; Węglowodany ogółem: 382.27 g; Sól: 2.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.95 g; suma cukrów prostych: 110.75 g; Błonnik pokarmowy: 35.01 g;

niedziela 2025-10-19		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2611.00 kcal; Białko ogółem: 88.57 g; Tłuszcz: 75.56 g; Węglowodany ogółem: 400.45 g; Sól: 2.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.43 g; suma cukrów prostych: 116.62 g; Błonnik pokarmowy: 34.42 g;

niedziela 2025-10-19		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), szynka konserwowa 50g (8), Sałatka z ogórka, sałaty zielonej i nasionami słonecznika 100g*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 50g (1), pomidor 100g, margaryna roślinna lactima 10g , rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2765.90 kcal; Białko ogółem: 134.22 g; Tłuszcz: 82.08 g; Węglowodany ogółem: 373.07 g; Sól: 4.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.99 g; suma cukrów prostych: 102.84 g; Błonnik pokarmowy: 28.58 g;

niedziela 2025-10-19		
Jadłospis dla diety: Mukowicydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rzodkiewka 100g, Parówka na gorąco 1szt-60g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, ser żółty 60g (2), rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2),.
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3165.45 kcal; Białko ogółem: 147.67 g; Tłuszcz: 114.95 g; Węglowodany ogółem: 381.99 g; Sól: 4.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 55.37 g; suma cukrów prostych: 109.69 g; Błonnik pokarmowy: 35.07 g;

niedziela 2025-10-19		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Parówka na gorąco 1szt-60g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	ser żółty 60g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 50g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczorek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2615.20 kcal; Białko ogółem: 111.14 g; Tłuszcz: 87.22 g; Węglowodany ogółem: 353.84 g; Sól: 3.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.47 g; suma cukrów prostych: 83.33 g; Błonnik pokarmowy: 34.10 g;

Dietetyk

.....