

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital WSS5 | | |
|--|--|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| poniedziałek 2025-10-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa I* | | |
| Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , | Grochowa z ziem. 350ml.(1,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, | kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g. |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2757.36 kcal; Białko ogółem: 118.48 g; Tłuszcz: 72.00 g; Węglowodany ogółem: 424.29 g; Sól: 2.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.44 g; suma cukrów prostych: 126.32 g; Błonnik pokarmowy: 36.96 g;

| poniedziałek 2025-10-20 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II* | | |
|--|---|--|
| Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , | Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2465.92 kcal; Białko ogółem: 97.15 g; Tłuszcz: 62.29 g; Węglowodany ogółem: 389.76 g; Sól: 2.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.46 g; suma cukrów prostych: 119.51 g; Błonnik pokarmowy: 29.33 g;

| poniedziałek 2025-10-20 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII | | |
|--|---|--|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, twarożek 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , | Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), 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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2534.52 kcal; Białko ogółem: 111.01 g; Tłuszcz: 62.64 g; Węglowodany ogółem: 392.21 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.65 g; suma cukrów prostych: 121.68 g; Błonnik pokarmowy: 29.33 g;

| poniedziałek 2025-10-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV | | |
|---|--|--|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , | Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2502.27 kcal; Białko ogółem: 94.94 g; Tłuszcz: 73.50 g; Węglowodany ogółem: 376.32 g; Sól: 2.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.98 g; suma cukrów prostych: 108.02 g; Błonnik pokarmowy: 29.73 g;

| poniedziałek 2025-10-20 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX | | |
|--|--|--|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , | Ziemniaczana 400ml* (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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2533.43 kcal; Białko ogółem: 95.53 g; Tłuszcz: 74.97 g; Węglowodany ogółem: 381.13 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.92 g; suma cukrów prostych: 107.31 g; Błonnik pokarmowy: 31.50 g;

| poniedziałek 2025-10-20 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX | | |
|--|---|--|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, twarożek 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , | Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2534.52 kcal; Białko ogółem: 111.01 g; Tłuszcz: 62.64 g; Węglowodany ogółem: 392.21 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.65 g; suma cukrów prostych: 121.68 g; Błonnik pokarmowy: 29.33 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2025-10-20 | | Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV |
|---|--|---|
| Platki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*, | Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Grycikowa 350ml*(1,8,13), Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, |
| | | Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2304.53 kcal; Białko ogółem: 98.82 g; Tłuszcz: 78.23 g; Węglowodany ogółem: 307.65 g; Sól: 1.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.00 g; suma cukrów prostych: 85.32 g; Błonnik pokarmowy: 31.30 g;

| poniedziałek 2025-10-20 | | Jadłospis dla diety: Płynna XIII |
|---|---|--|
| Herbata z cukrem 250ml*, Platki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Mus warzywno-owocowy 100g*, | Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, |
| | | Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1857.88 kcal; Białko ogółem: 72.62 g; Tłuszcz: 80.60 g; Węglowodany ogółem: 201.33 g; Sól: 1.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.40 g; suma cukrów prostych: 106.19 g; Błonnik pokarmowy: 21.21 g;

| poniedziałek 2025-10-20 | | Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII |
|--|---|--|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*, roszonek 5g , | Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 200g*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13), |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2756.07 kcal; Białko ogółem: 99.75 g; Tłuszcz: 72.95 g; Węglowodany ogółem: 435.41 g; Sól: 2.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.68 g; suma cukrów prostych: 114.01 g; Błonnik pokarmowy: 37.05 g;

| poniedziałek 2025-10-20 | | Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI |
|---|--|--|
| Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g , | Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, jabłko deserowe 1 szt. , | Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g, |
| II Śniadanie: Kefir 150g*(2), | Podwieczorek: podplomyki b/c 2szt.15g (1), | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2150.62 kcal; Białko ogółem: 103.03 g; Tłuszcz: 62.16 g; Węglowodany ogółem: 303.60 g; Sól: 2.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.94 g; suma cukrów prostych: 57.85 g; Błonnik pokarmowy: 32.33 g;

| poniedziałek 2025-10-20 | | Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V |
|---|---|--|
| herbata bez cukru 250ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g , | Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, | herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2478.87 kcal; Białko ogółem: 105.26 g; Tłuszcz: 65.41 g; Węglowodany ogółem: 376.69 g; Sól: 2.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.48 g; suma cukrów prostych: 113.74 g; Błonnik pokarmowy: 35.34 g;

| poniedziałek 2025-10-20 | | Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL |
|---|--|--|
| Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g , | ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Ryż z jabłkami 350g.* , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2112.55 kcal; Białko ogółem: 60.17 g; Tłuszcz: 52.78 g; Węglowodany ogółem: 354.88 g; Sól: 2.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.91 g; suma cukrów prostych: 123.64 g; Błonnik pokarmowy: 27.55 g;

| poniedziałek 2025-10-20 | | Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM |
|---|---|--|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , dżem 50g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g , rzodkiewka talarki 100g, | Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Ryż z jabłkami 350g.* , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, | Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 60g , pomidor 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2120.65 kcal; Białko ogółem: 55.02 g; Tłuszcz: 27.12 g; Węglowodany ogółem: 420.85 g; Sól: 3.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.78 g; suma cukrów prostych: 126.19 g; Błonnik pokarmowy: 33.58 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2025-10-20 | | |
|--|---|---|
| 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, szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g, | Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2348.52 kcal; Białko ogółem: 97.01 g; Tłuszcz: 49.42 g; Węglowodany ogółem: 389.52 g; Sól: 2.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.31 g; suma cukrów prostych: 119.30 g; Błonnik pokarmowy: 29.33 g;

| poniedziałek 2025-10-20 | | |
|--|---|---|
| Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E | | |
| Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g, | Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), | Herbata 250g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2753.52 kcal; Białko ogółem: 129.48 g; Tłuszcz: 74.70 g; Węglowodany ogółem: 395.51 g; Sól: 2.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.05 g; suma cukrów prostych: 127.38 g; Błonnik pokarmowy: 28.56 g;

| poniedziałek 2025-10-20 | | |
|--|--|---|
| Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII | | |
| chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), margaryna roślinna lactima 10g, szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, Herbata bez cukru 250g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g, | Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, jabłko deserowe 1 szt. | kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, ogórek zielony talarki 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, |
| II Śniadanie: Kefir 150g*(2), | Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt.15g (1), | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2345.87 kcal; Białko ogółem: 115.44 g; Tłuszcz: 57.84 g; Węglowodany ogółem: 348.02 g; Sól: 2.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.54 g; suma cukrów prostych: 98.07 g; Błonnik pokarmowy: 27.67 g;

| poniedziałek 2025-10-20 | | |
|--|---|--|
| Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI | | |
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rzodkiewka talarki 100g, twarożek 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Ser żółty 50g(2), roszonek 5g, | Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), miód 2szt. (50g), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3121.52 kcal; Białko ogółem: 136.81 g; Tłuszcz: 94.84 g; Węglowodany ogółem: 428.86 g; Sól: 3.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.60 g; suma cukrów prostych: 157.43 g; Błonnik pokarmowy: 28.13 g;

| poniedziałek 2025-10-20 | | |
|--|---|--|
| Jadłospis dla diety: Dziecięca XX | | |
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g, | Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g 3 kromki, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2351.52 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz: 61.21 g; Węglowodany ogółem: 366.96 g; Sól: 2.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.99 g; suma cukrów prostych: 119.03 g; Błonnik pokarmowy: 28.75 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital WSS5 | | |
|--|---|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczerek | Kolacja Posiłek nocny |
| wtorek 2025-10-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa I* | | |
| kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rosół 5g, | Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), papryka św. 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczerek: mandarynka 1 szt., | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt. 15g (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2336.29 kcal; Białko ogółem: 103.27 g; Tłuszcz: 68.43 g; Węglowodany ogółem: 333.35 g; Sól: 2.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.85 g; suma cukrów prostych: 73.92 g; Błonnik pokarmowy: 26.66 g;

| wtorek 2025-10-21 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II* | | |
|---|---|--|
| kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rosół 5g, | Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczerek: mandarynka 1 szt., | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt. 15g (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2248.83 kcal; Białko ogółem: 109.66 g; Tłuszcz: 60.79 g; Węglowodany ogółem: 325.74 g; Sól: 2.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.13 g; suma cukrów prostych: 65.56 g; Błonnik pokarmowy: 24.81 g;

| wtorek 2025-10-21 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII | | |
|---|---|---|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350ml (1,2), rosół 5g, | Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki b/soli 200g m, Szpinak gotowany 120g(2), 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), rzodkiewka 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczerek: mandarynka 1 szt., | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt. 15g (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2216.53 kcal; Białko ogółem: 110.45 g; Tłuszcz: 66.82 g; Węglowodany ogółem: 302.57 g; Sól: 2.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.93 g; suma cukrów prostych: 67.58 g; Błonnik pokarmowy: 22.89 g;

| wtorek 2025-10-21 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV | | |
|---|--|--|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350ml (1,2), pomidor 100g, rosół 5g, | Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczerek: mandarynka 1 szt., | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt. 15g (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2285.87 kcal; Białko ogółem: 103.11 g; Tłuszcz: 67.60 g; Węglowodany ogółem: 325.70 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.67 g; suma cukrów prostych: 72.10 g; Błonnik pokarmowy: 25.31 g;

| wtorek 2025-10-21 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX | | |
|---|--|---|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350ml (1,2), pomidor 100g, rosół 5g, | Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczerek: mandarynka 1 szt., | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt. 15g (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2317.03 kcal; Białko ogółem: 103.70 g; Tłuszcz: 69.07 g; Węglowodany ogółem: 330.51 g; Sól: 2.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.61 g; suma cukrów prostych: 71.39 g; Błonnik pokarmowy: 27.08 g;

| wtorek 2025-10-21 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX | | |
|---|---|--|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350ml (1,2), serek homog.naturalny 70g. (2), rosół 5g, | Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g, serek homog.naturalny 70g. (2), |
| | Podwieczerek: mandarynka 1 szt., | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt. 15g (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2475.63 kcal; Białko ogółem: 127.44 g; Tłuszcz: 76.19 g; Węglowodany ogółem: 329.94 g; Sól: 2.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.28 g; suma cukrów prostych: 68.36 g; Błonnik pokarmowy: 24.81 g;

| wtorek 2025-10-21 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV | | |
|--|--|--|
| Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, | Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki 250g, masło 10g(2), | Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2), Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), |

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2400.55 kcal; Białko ogółem: 96.57 g; Tłuszcz: 100.37 g; Węglowodany ogółem: 285.75 g; Sól: 1.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.40 g; suma cukrów prostych: 61.20 g; Błonnik pokarmowy: 25.29 g;

| wtorek 2025-10-21 Jadłospis dla diety: Płynna XIII | | |
|--|--|--|
| Herbata z cukrem 250ml*, kasza manna na mleku 350ml (1,2), | Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), | Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Woda mineralna 500ml*, |
| | | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1794.58 kcal; Białko ogółem: 75.13 g; Tłuszcz: 64.03 g; Węglowodany ogółem: 232.26 g; Sól: 1.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.56 g; suma cukrów prostych: 80.20 g; Błonnik pokarmowy: 15.51 g;

| wtorek 2025-10-21 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII | | |
|--|---|---|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), mus warzywno-owocowy 100g, twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350ml (1,2), | Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2540.27 kcal; Białko ogółem: 96.66 g; Tłuszcz: 79.10 g; Węglowodany ogółem: 366.19 g; Sól: 2.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.64 g; suma cukrów prostych: 105.67 g; Błonnik pokarmowy: 28.27 g;

| wtorek 2025-10-21 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), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszonek 5g , | Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, śliwka 2szt., | Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g, |
| II Śniadanie: sok warzywny 150ml , | Podwieczorek: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, | Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2087.99 kcal; Białko ogółem: 91.66 g; Tłuszcz: 62.85 g; Węglowodany ogółem: 289.10 g; Sól: 2.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.83 g; suma cukrów prostych: 55.88 g; Błonnik pokarmowy: 35.65 g;

| wtorek 2025-10-21 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V | | |
|---|---|--|
| Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350ml (1,2), roszonek 5g , | Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczorek: mandarynka 1 szt., | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2170.29 kcal; Białko ogółem: 104.99 g; Tłuszcz: 60.32 g; Węglowodany ogółem: 313.50 g; Sól: 2.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.97 g; suma cukrów prostych: 71.78 g; Błonnik pokarmowy: 28.79 g;

| wtorek 2025-10-21 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL | | |
|---|--|--|
| chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g , | ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, | Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, serek homogen.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczorek: mandarynka 1 szt., | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2323.87 kcal; Białko ogółem: 109.50 g; Tłuszcz: 82.88 g; Węglowodany ogółem: 285.93 g; Sól: 2.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.73 g; suma cukrów prostych: 74.21 g; Błonnik pokarmowy: 25.10 g;

| wtorek 2025-10-21 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 , pomidor 100g, miód 2szt. (50g), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g , | ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, | 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: mandarynka 1 szt., | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2315.79 kcal; Białko ogółem: 80.55 g; Tłuszcz: 36.37 g; Węglowodany ogółem: 418.84 g; Sól: 3.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.28 g; suma cukrów prostych: 97.34 g; Błonnik pokarmowy: 35.17 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2025-10-21 | | |
|--|--|---|
| 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, pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350ml (1,2), roszonek 5g, | Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml* | Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczorek: mandarynka 1 szt., | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2131.43 kcal; Białko ogółem: 109.52 g; Tłuszcz: 47.92 g; Węglowodany ogółem: 325.50 g; Sól: 2.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.97 g; suma cukrów prostych: 65.35 g; Błonnik pokarmowy: 24.81 g;

| wtorek 2025-10-21 | | |
|--|--|---|
| Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E | | |
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kasza manna na mleku 350ml (1,2), roszonek 5g, | Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ryż z jabłkami 350g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczorek: mandarynka 1 szt., | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2331.22 kcal; Białko ogółem: 79.79 g; Tłuszcz: 70.08 g; Węglowodany ogółem: 347.32 g; Sól: 2.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.39 g; suma cukrów prostych: 78.36 g; Błonnik pokarmowy: 23.58 g;

| wtorek 2025-10-21 | | |
|--|---|---|
| Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII | | |
| Herbata b/c 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), margaryna roślinna lactima 10g, pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszonek 5g, | Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, śliwka 2szt., | Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, rukola 5g, |
| II Śniadanie: sok warzywny 150ml, | Podwieczorek: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, | Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1970.59 kcal; Białko ogółem: 91.51 g; Tłuszcz: 49.98 g; Węglowodany ogółem: 288.85 g; Sól: 2.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.68 g; suma cukrów prostych: 55.67 g; Błonnik pokarmowy: 35.65 g;

| wtorek 2025-10-21 | | |
|---|---|---|
| Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI | | |
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350ml (1,2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszonek 5g, ser żółty 60g (2), | Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g, serek homog.naturalny 70g. (2), ser topiony 3 x 17g-51g. (2), |
| | Podwieczorek: mandarynka 1 szt., | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2882.63 kcal; Białko ogółem: 152.08 g; Tłuszcz: 114.70 g; Węglowodany ogółem: 308.53 g; Sól: 3.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.57 g; suma cukrów prostych: 68.40 g; Błonnik pokarmowy: 24.23 g;

| wtorek 2025-10-21 | | |
|--|---|--|
| Jadłospis dla diety: Dziecięca XX | | |
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), miód 1 szt.(25g), kasza manna na mleku 350ml (1,2), twaróg krajanka 70g (2), roszonek 5g, | Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczorek: mandarynka 1 szt., | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2323.93 kcal; Białko ogółem: 109.57 g; Tłuszcz: 61.78 g; Węglowodany ogółem: 340.99 g; Sól: 2.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.06 g; suma cukrów prostych: 82.97 g; Błonnik pokarmowy: 22.31 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital WSS5 | | |
|---|---|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczerek | Kolacja Posiłek nocny |
| środa 2025-10-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa I* | | |
| Ryż na mleku 350 ml*(2), herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), Sałatka z ogórka, sałaty zielonej i nasionami słonecznika 100g*, | Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kasza jęczmienna 200 g(1), | kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), rukola 5g, |
| | Podwieczerek: gruszka 1 szt., | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2587.08 kcal; Białko ogółem: 96.59 g; Tłuszcz: 95.56 g; Węglowodany ogółem: 344.22 g; Sól: 3.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.66 g; suma cukrów prostych: 99.57 g; Błonnik pokarmowy: 34.88 g;

| środa 2025-10-22 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II* | | |
|---|---|---|
| Ryż na mleku 350 ml*(2), herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, | Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200 g(1), | kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), rukola 5g, |
| | Podwieczerek: pomarańcza 1 szt., | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2468.47 kcal; Białko ogółem: 101.29 g; Tłuszcz: 85.69 g; Węglowodany ogółem: 329.88 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.14 g; suma cukrów prostych: 89.95 g; Błonnik pokarmowy: 32.29 g;

| środa 2025-10-22 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII | | |
|--|---|---|
| Ryż na mleku 350 ml*(2), herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, | Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200 g(1), | kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), rukola 5g, |
| | Podwieczerek: pomarańcza 1 szt., | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2232.78 kcal; Białko ogółem: 100.24 g; Tłuszcz: 68.10 g; Węglowodany ogółem: 308.22 g; Sól: 3.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.76 g; suma cukrów prostych: 87.50 g; Błonnik pokarmowy: 26.59 g;

| środa 2025-10-22 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV | | |
|--|---|---|
| Ryż na mleku 350 ml*(2), herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g, | Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, | kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), rukola 5g, |
| | Podwieczerek: pomarańcza 1 szt., | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2197.03 kcal; Białko ogółem: 101.01 g; Tłuszcz: 46.71 g; Węglowodany ogółem: 348.42 g; Sól: 3.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.52 g; suma cukrów prostych: 87.69 g; Błonnik pokarmowy: 29.58 g;

| środa 2025-10-22 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX | | |
|--|---|---|
| Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, | Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, | kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), rukola 5g, |
| | Podwieczerek: pomarańcza 1 szt., | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2396.03 kcal; Białko ogółem: 104.18 g; Tłuszcz: 66.49 g; Węglowodany ogółem: 350.52 g; Sól: 3.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.32 g; suma cukrów prostych: 88.24 g; Błonnik pokarmowy: 29.79 g;

| środa 2025-10-22 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX | | |
|---|---|---|
| Ryż na mleku 350 ml*(2), herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, | Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200 g(1), | kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rukola 5g, |
| | Podwieczerek: pomarańcza 1 szt., | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2581.87 kcal; Białko ogółem: 110.18 g; Tłuszcz: 93.39 g; Węglowodany ogółem: 331.98 g; Sól: 2.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.72 g; suma cukrów prostych: 91.35 g; Błonnik pokarmowy: 32.29 g;

| środa 2025-10-22 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV | | |
|---|--|--|
|---|--|--|

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|---|--|---|
| Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), | Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Masło 5g(2), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), | Grycikowa 350ml*(1,8,13), brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Masło 5g(2), |
| | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2335.24 kcal; Białko ogółem: 94.81 g; Tłuszcz: 72.89 g; Węglowodany ogółem: 329.70 g; Sól: 1.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.76 g; suma cukrów prostych: 100.49 g; Błonnik pokarmowy: 30.08 g;

| środa 2025-10-22 Jadłospis dla diety: Płynna XIII | | |
|---|--|--|
| herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml, | Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, |
| | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2206.55 kcal; Białko ogółem: 85.22 g; Tłuszcz: 79.35 g; Węglowodany ogółem: 282.52 g; Sól: 2.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.28 g; suma cukrów prostych: 110.89 g; Błonnik pokarmowy: 22.40 g;

| środa 2025-10-22 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII | | |
|--|--|--|
| herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, mus warzywno-owocowy 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), | Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), |
| | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt, | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskwopty bez cukru 15g (1,3), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2240.61 kcal; Białko ogółem: 98.09 g; Tłuszcz: 68.06 g; Węglowodany ogółem: 310.41 g; Sól: 2.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.92 g; suma cukrów prostych: 96.87 g; Błonnik pokarmowy: 30.94 g;

| środa 2025-10-22 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI | | |
|--|--|---|
| kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), Sałatka z ogórka, sałaty zielonej i nasionami słonecznika 100g*, | Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), sałatka z buraków 120g (3,11,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt, Kasza gryczana 200 g, | chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata bez cukru 250g, Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), rukola 5g, |
| II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), | Podwieczorek: kisiel b/c 250g, | Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2558.98 kcal; Białko ogółem: 103.40 g; Tłuszcz: 103.03 g; Węglowodany ogółem: 310.30 g; Sól: 3.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.15 g; suma cukrów prostych: 73.83 g; Błonnik pokarmowy: 39.53 g;

| środa 2025-10-22 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V | | |
|---|--|---|
| Ryż na mleku 350 ml*(2), herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem,salaatą zieloną i pestkami dyni 100g*, | Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kasza gryczana 200 g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), | chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 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]: 2621.32 kcal; Białko ogółem: 108.99 g; Tłuszcz: 85.52 g; Węglowodany ogółem: 366.18 g; Sól: 2.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.47 g; suma cukrów prostych: 91.17 g; Błonnik pokarmowy: 44.39 g;

| środa 2025-10-22 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL | | |
|---|--|---|
| Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem,salaatą zieloną i pestkami dyni 100g*, | Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane b/mąki 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, | chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), rukola 5g, |
| | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt, | Posiłek nocny: wafle ryżowe 60g(8), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2101.40 kcal; Białko ogółem: 90.64 g; Tłuszcz: 65.29 g; Węglowodany ogółem: 293.48 g; Sól: 4.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.05 g; suma cukrów prostych: 88.09 g; Błonnik pokarmowy: 25.25 g;

| środa 2025-10-22 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 , Sałatka z pomidorem,salaatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), | Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane b/mleka 120g(1), ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, | Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , miód 1 szt.(25g), rukola 5g, |
| | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt, | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2272.92 kcal; Białko ogółem: 71.91 g; Tłuszcz: 60.88 g; Węglowodany ogółem: 360.08 g; Sól: 4.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.08 g; suma cukrów prostych: 102.65 g; Błonnik pokarmowy: 30.94 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2025-10-22 | | | 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, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), | | Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200 g(1), | | Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, rukola 5g, | |
| | | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt, | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2351.07 kcal; Białko ogółem: 101.15 g; Tłuszcz: 72.81 g; Węglowodany ogółem: 329.64 g; Sól: 2.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.99 g; suma cukrów prostych: 89.74 g; Błonnik pokarmowy: 32.29 g;

| środa 2025-10-22 | | | Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E | | |
|--|--|--|---|---|--|
| herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Pasta z soczewicy z suszonymi pomidorami 60g, Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), | | Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Jajko sadzone 1szt*(3), | | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, rukola 5g, | |
| | | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt, | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2607.41 kcal; Białko ogółem: 92.17 g; Tłuszcz: 80.56 g; Węglowodany ogółem: 383.23 g; Sól: 3.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.79 g; suma cukrów prostych: 89.97 g; Błonnik pokarmowy: 37.72 g;

| środa 2025-10-22 | | | Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII | | |
|---|--|--|--|---|--|
| kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g, Sałatka z ogórka, sałaty zielonej i nasionami słonecznika 100g*, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, herbata z cukrem 250ml*, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Ryż na mleku 350 ml*(2), | | Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), pomarańcza 1 szt, Kasza gryczana 200 g, | | Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, rukola 5g, | |
| II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), | | Podwieczorek: kisiel b/c 250g, | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2466.43 kcal; Białko ogółem: 109.23 g; Tłuszcz: 82.92 g; Węglowodany ogółem: 322.95 g; Sól: 3.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.07 g; suma cukrów prostych: 81.99 g; Błonnik pokarmowy: 32.07 g;

| środa 2025-10-22 | | | Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI | | |
|--|--|---|--|---|--|
| herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), | | Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kasza jęczmienna 200 g(1), | | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, rukola 5g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, | |
| | | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt, | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3163.87 kcal; Białko ogółem: 155.09 g; Tłuszcz: 127.29 g; Węglowodany ogółem: 345.29 g; Sól: 3.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 55.36 g; suma cukrów prostych: 103.16 g; Błonnik pokarmowy: 32.29 g;

| środa 2025-10-22 | | | Jadłospis dla diety: Dziecięca XX | | |
|--|--|---|-----------------------------------|---|--|
| Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, | | gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kasza jęczmienna 200 g(1), | | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, rukola 5g, | |
| | | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt, | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2551.47 kcal; Białko ogółem: 100.29 g; Tłuszcz: 92.99 g; Węglowodany ogółem: 329.63 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.04 g; suma cukrów prostych: 89.70 g; Błonnik pokarmowy: 32.29 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital WSS5 | | |
|--|--|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczerek | Kolacja Posiłek nocny |
| czwartek 2025-10-23 Jadłospis dla diety: Podstawowa I* | | |
| Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 20g* (2), papryka św. 100g, mix sałat 5g*, | Krupnik 350ml(1,8,13), Kotlet schabowy - 100g (1,2,3), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, | kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczerek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2884.32 kcal; Białko ogółem: 114.53 g; Tłuszcz: 90.14 g; Węglowodany ogółem: 411.14 g; Sól: 2.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.40 g; suma cukrów prostych: 120.52 g; Błonnik pokarmowy: 32.93 g;

| czwartek 2025-10-23 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II* | | |
|--|--|---|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), mix sałat 5g*, | Krupnik 350ml(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczerek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2478.55 kcal; Białko ogółem: 100.25 g; Tłuszcz: 69.20 g; Węglowodany ogółem: 374.34 g; Sól: 1.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.80 g; suma cukrów prostych: 109.34 g; Błonnik pokarmowy: 28.15 g;

| czwartek 2025-10-23 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), mix sałat 5g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), | Krupnik 350ml(1,8,13), schab gotowany 80g, Salata zielona z sosem winegret 80g, ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczerek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2603.75 kcal; Białko ogółem: 121.44 g; Tłuszcz: 81.66 g; Węglowodany ogółem: 355.31 g; Sól: 2.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.54 g; suma cukrów prostych: 113.56 g; Błonnik pokarmowy: 26.23 g;

| czwartek 2025-10-23 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, serek homog.naturalny 70g. (2), mix sałat 5g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), | Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczerek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2782.69 kcal; Białko ogółem: 112.48 g; Tłuszcz: 94.63 g; Węglowodany ogółem: 380.17 g; Sól: 2.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.56 g; suma cukrów prostych: 114.46 g; Błonnik pokarmowy: 26.89 g;

| czwartek 2025-10-23 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX | | |
|--|---|---|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), mix sałat 5g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), | Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 50g, rukola 5g, |
| | Podwieczerek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2772.69 kcal; Białko ogółem: 112.08 g; Tłuszcz: 94.53 g; Węglowodany ogółem: 378.27 g; Sól: 2.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.54 g; suma cukrów prostych: 112.56 g; Błonnik pokarmowy: 26.94 g;

| czwartek 2025-10-23 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX | | |
|--|--|--|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), mix sałat 5g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), | Krupnik 350ml(1,8,13), schab gotowany 80g, Salata zielona z sosem winegret 80g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, |
| | Podwieczerek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2660.55 kcal; Białko ogółem: 123.00 g; Tłuszcz: 77.25 g; Węglowodany ogółem: 378.89 g; Sól: 2.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.58 g; suma cukrów prostych: 112.91 g; Błonnik pokarmowy: 28.15 g;

| czwartek 2025-10-23 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV | | |
|--|---|---|
| Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml*(1,2,3), | Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Masło 15g*(2), | Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), brokuły z wody 120 g, masło 10g - 1 szt. (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, |

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|--|--|---|
| | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), |
|--|--|---|

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2158.36 kcal; Białko ogółem: 107.70 g; Tłuszcz: 91.24 g; Węglowodany ogółem: 231.85 g; Sól: 1.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.35 g; suma cukrów prostych: 86.84 g; Błonnik pokarmowy: 20.90 g;

| czwartek 2025-10-23 Jadłospis dla diety: Płynna XIII | | |
|--|--|---|
| Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3), | Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3), |
| | | Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2018.30 kcal; Białko ogółem: 93.99 g; Tłuszcz: 92.60 g; Węglowodany ogółem: 198.84 g; Sól: 1.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.94 g; suma cukrów prostych: 112.08 g; Błonnik pokarmowy: 14.62 g;

| czwartek 2025-10-23 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII | | |
|---|---|---|
| Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), 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*, Herbata z cukrem 250ml*, | Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2514.02 kcal; Białko ogółem: 96.43 g; Tłuszcz: 70.59 g; Węglowodany ogółem: 381.97 g; Sól: 2.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.21 g; suma cukrów prostych: 121.04 g; Błonnik pokarmowy: 31.01 g;

| czwartek 2025-10-23 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI | | |
|--|--|--|
| Herbata ekspresowa b/c 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 20g* (2), papryka św. 100g , mix sałat 5g*, | Krupnik 350ml(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., Sos koperkowy 100g (1,2), | chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata bez cukru 250g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g, |
| II Śniadanie: maślanka 150 ml (2), | Podwieczorek: podplomyki b/c 2szt.15g (1), | Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3), Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2281.77 kcal; Białko ogółem: 99.72 g; Tłuszcz: 71.25 g; Węglowodany ogółem: 319.91 g; Sól: 2.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.97 g; suma cukrów prostych: 54.01 g; Błonnik pokarmowy: 36.67 g;

| czwartek 2025-10-23 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V | | |
|--|--|---|
| Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, mix sałat 5g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), | Krupnik 350ml(1,8,13), schab gotowany 80g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Ziemniaki 200 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2326.12 kcal; Białko ogółem: 96.05 g; Tłuszcz: 62.75 g; Węglowodany ogółem: 356.44 g; Sól: 3.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.70 g; suma cukrów prostych: 116.52 g; Błonnik pokarmowy: 31.80 g;

| czwartek 2025-10-23 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL | | |
|---|--|--|
| chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, mix sałat 5g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), | ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, | Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2),, rukola 5g, |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), wafle ryżowe 60g(8), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2323.39 kcal; Białko ogółem: 98.23 g; Tłuszcz: 75.43 g; Węglowodany ogółem: 322.10 g; Sól: 2.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.51 g; suma cukrów prostych: 110.90 g; Błonnik pokarmowy: 21.19 g;

| czwartek 2025-10-23 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM | | |
|---|--|--|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., pomidor 100g, szynka na kartki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), mix sałat 5g*, | Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), schab gotowany 80g, ziemniaki 250g, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2253.79 kcal; Białko ogółem: 76.81 g; Tłuszcz: 45.15 g; Węglowodany ogółem: 371.60 g; Sól: 2.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.30 g; suma cukrów prostych: 89.58 g; Błonnik pokarmowy: 27.86 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2025-10-23 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III | | |
|--|--|--|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), mix салат 5g*, | Krupnik 350ml(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkoty bez cukru 15g (1,3), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2306.75 kcal; Białko ogółem: 100.01 g; Tłuszcz: 50.33 g; Węglowodany ogółem: 374.10 g; Sól: 1.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.51 g; suma cukrów prostych: 109.13 g; Błonnik pokarmowy: 28.15 g;

| czwartek 2025-10-23 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E | | |
|--|--|--|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), mix салат 5g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), | Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Jajko sadzone 1szt*(3), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkoty bez cukru 15g (1,3), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2627.65 kcal; Białko ogółem: 103.76 g; Tłuszcz: 81.31 g; Węglowodany ogółem: 374.87 g; Sól: 3.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.85 g; suma cukrów prostych: 112.46 g; Błonnik pokarmowy: 27.71 g;

| czwartek 2025-10-23 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII | | |
|---|--|--|
| Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, mix салат 5g*, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), papryka św. 100g , | Krupnik 350ml(1,8,13), schab gotowany 80g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Ziemniaki 200g*, gruszka 1 szt., Sos koperkowy 100g (1,2), | 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), pomidor 100g, rukola 5g, |
| II Śniadanie: maślanka 150 ml (2), | Podwieczorek: podpiłomyki b/c 2szt.15g (1), | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Biszkoty bez cukru 15g (1,3), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2448.92 kcal; Białko ogółem: 110.36 g; Tłuszcz: 65.02 g; Węglowodany ogółem: 363.38 g; Sól: 2.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.06 g; suma cukrów prostych: 95.20 g; Błonnik pokarmowy: 31.81 g;

| czwartek 2025-10-23 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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), mix салат 5g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), ser żółty 60g (2), | Krupnik 350ml(1,8,13), schab gotowany 80g, Salata zielona z sosem winegret 80g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g, |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), wafle ryżowe 60g(9), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3363.15 kcal; Białko ogółem: 163.06 g; Tłuszcz: 110.00 g; Węglowodany ogółem: 429.15 g; Sól: 3.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.84 g; suma cukrów prostych: 124.18 g; Błonnik pokarmowy: 29.67 g;

| czwartek 2025-10-23 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX | | |
|--|--|---|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), mix салат 5g*, | Krupnik 350ml(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkoty bez cukru 15g (1,3), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2478.55 kcal; Białko ogółem: 100.25 g; Tłuszcz: 69.20 g; Węglowodany ogółem: 374.34 g; Sól: 1.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.80 g; suma cukrów prostych: 109.34 g; Błonnik pokarmowy: 28.15 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital WSS5 | | |
|--|---|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczerek | Kolacja Posiłek nocny |
| piątek 2025-10-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa I* | | |
| Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), ser żółty 60g (2), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*, | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny smaż. 100g (1,3,4,13,8), Ziemniaki 200g*, Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, | kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczerek: śliwka 2szt., | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2862.39 kcal; Białko ogółem: 115.23 g; Tłuszcz: 105.24 g; Węglowodany ogółem: 373.30 g; Sól: 4.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.97 g; suma cukrów prostych: 94.54 g; Błonnik pokarmowy: 29.40 g;

| piątek 2025-10-24 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II* | | |
|--|---|---|
| Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 40g (2), Masło 20g* (2), jabłko deserowe 1 szt. , dżem 50g, | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g , bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), | kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczerek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2604.92 kcal; Białko ogółem: 106.21 g; Tłuszcz: 64.33 g; Węglowodany ogółem: 410.39 g; Sól: 2.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.83 g; suma cukrów prostych: 155.37 g; Błonnik pokarmowy: 29.41 g;

| piątek 2025-10-24 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII | | |
|--|---|--|
| kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jabłko deserowe 1 szt. , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 40g (2), dżem 50g, | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki b/soli 200g m, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczerek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2686.22 kcal; Białko ogółem: 107.01 g; Tłuszcz: 72.46 g; Węglowodany ogółem: 406.22 g; Sól: 2.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.07 g; suma cukrów prostych: 156.29 g; Błonnik pokarmowy: 29.09 g;

| piątek 2025-10-24 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV | | |
|---|--|--|
| kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2), rozszponka 5g , | Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczerek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2505.58 kcal; Białko ogółem: 98.24 g; Tłuszcz: 64.27 g; Węglowodany ogółem: 393.14 g; Sól: 2.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.38 g; suma cukrów prostych: 119.34 g; Błonnik pokarmowy: 27.75 g;

| piątek 2025-10-24 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX | | |
|--|---|--|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jabłko deserowe 1 szt. , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 40g (2), dżem 50g, | Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczerek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2634.82 kcal; Białko ogółem: 89.76 g; Tłuszcz: 71.38 g; Węglowodany ogółem: 413.66 g; Sól: 2.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.94 g; suma cukrów prostych: 134.25 g; Błonnik pokarmowy: 29.91 g;

| piątek 2025-10-24 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX | | |
|---|---|---|
| kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2), rozszponka 5g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, pomidor 100g, |
| | Podwieczerek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2722.32 kcal; Białko ogółem: 121.20 g; Tłuszcz: 73.78 g; Węglowodany ogółem: 397.49 g; Sól: 2.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.91 g; suma cukrów prostych: 125.85 g; Błonnik pokarmowy: 28.81 g;

| piątek 2025-10-24 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV | | |
|--|--|---|
| kakao 250ml (1,2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), | Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, bukiet warzyw dieta 120g, Masło 10g(2), | Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), brokuty z wody 150g, ziemniaki 250g, |

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1943.11 kcal; Białko ogółem: 81.78 g; Tłuszcz: 53.25 g; Węglowodany ogółem: 296.19 g; Sól: 1.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.24 g; suma cukrów prostych: 76.38 g; Błonnik pokarmowy: 24.25 g;

| piątek 2025-10-24 Jadłospis dla diety: Płynna XIII | | |
|--|--|---|
| kakao 250ml (1,2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), | Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, bukiet warzyw dieta 120g, Masło 10g(2), | Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, |
| | | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1906.73 kcal; Białko ogółem: 81.27 g; Tłuszcz: 72.02 g; Węglowodany ogółem: 234.98 g; Sól: 1.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.31 g; suma cukrów prostych: 88.26 g; Błonnik pokarmowy: 14.42 g;

| piątek 2025-10-24 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII | | |
|---|---|--|
| kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*, twaróg krajanka 40g (2), | Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), |
| | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2394.30 kcal; Białko ogółem: 90.66 g; Tłuszcz: 78.64 g; Węglowodany ogółem: 334.31 g; Sól: 2.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.50 g; suma cukrów prostych: 82.98 g; Błonnik pokarmowy: 24.23 g;

| piątek 2025-10-24 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI | | |
|--|---|--|
| kakao bez cukru 250ml (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 20g* (2), Salatką z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*, | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, sliwka 2szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2), | chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata bez cukru 250g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g, |
| II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), | Podwieczorek: sok warzywny 150ml , | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2395.58 kcal; Białko ogółem: 109.00 g; Tłuszcz: 78.54 g; Węglowodany ogółem: 316.40 g; Sól: 2.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.76 g; suma cukrów prostych: 55.99 g; Błonnik pokarmowy: 36.57 g;

| piątek 2025-10-24 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V | | |
|---|---|---|
| kakao 250ml (1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), jabłko deserowe 1 szt. , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 40g (2), | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Surówka z kapusty kisz 120g*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2741.14 kcal; Białko ogółem: 110.94 g; Tłuszcz: 75.60 g; Węglowodany ogółem: 412.67 g; Sól: 3.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.46 g; suma cukrów prostych: 113.08 g; Błonnik pokarmowy: 39.06 g;

| piątek 2025-10-24 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL | | |
|--|---|--|
| Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 40g (2), dżem 50g, | ziemniaczana b-mąki 350ml (2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2020.60 kcal; Białko ogółem: 72.37 g; Tłuszcz: 53.21 g; Węglowodany ogółem: 319.30 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.90 g; suma cukrów prostych: 139.61 g; Błonnik pokarmowy: 23.64 g;

| piątek 2025-10-24 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM | | |
|--|--|---|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., jabłko deserowe 1 szt. , Kleik z kaszy manny 500ml*(1), dżem 50g, | ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, | Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, schab na kartki 50g*, rukola 5g, |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2187.40 kcal; Białko ogółem: 73.29 g; Tłuszcz: 30.19 g; Węglowodany ogółem: 416.43 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.60 g; suma cukrów prostych: 126.45 g; Błonnik pokarmowy: 38.25 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2025-10-24 | | Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III |
|---|---|---|
| kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., jabłko deserowe 1 szt., Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 40g (2), dżem 50g, | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2468.62 kcal; Białko ogółem: 101.37 g; Tłuszcz: 43.61 g; Węglowodany ogółem: 428.99 g; Sól: 2.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.54 g; suma cukrów prostych: 155.46 g; Błonnik pokarmowy: 31.01 g;

| piątek 2025-10-24 | | Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E |
|---|---|--|
| kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jabłko deserowe 1 szt., Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 40g (2), dżem 50g, | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2780.42 kcal; Białko ogółem: 108.61 g; Tłuszcz: 72.18 g; Węglowodany ogółem: 429.84 g; Sól: 2.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.84 g; suma cukrów prostych: 155.67 g; Błonnik pokarmowy: 31.01 g;

| piątek 2025-10-24 | | Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII |
|---|---|---|
| kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g , twaróg krajanka 70g (2), Salátka z białej rzodkwi z rozspanką i czarnuszką 100g*, kakao 250ml (1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Surówka z kapusty kisz 120g*, Ziemniaki 200g*, śliwka 2szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), | Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , ogórek zielony talarki 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, |
| II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), | Podwieczorek: sok warzywny 150ml , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2536.19 kcal; Białko ogółem: 120.23 g; Tłuszcz: 72.84 g; Węglowodany ogółem: 349.43 g; Sól: 3.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.15 g; suma cukrów prostych: 84.14 g; Błonnik pokarmowy: 28.91 g;

| piątek 2025-10-24 | | Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI |
|---|---|--|
| kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jabłko deserowe 1 szt., Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2), dżem 50g, | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), bukiet warzyw dieta 120g, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), parówki 2szt 120g(1,2,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3364.82 kcal; Białko ogółem: 133.38 g; Tłuszcz: 122.65 g; Węglowodany ogółem: 431.99 g; Sól: 5.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.38 g; suma cukrów prostych: 156.67 g; Błonnik pokarmowy: 31.13 g;

| piątek 2025-10-24 | | Jadłospis dla diety: Dziecięca XX |
|---|---|---|
| kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jabłko deserowe 1 szt., Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 40g (2), dżem 50g, | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), bukiet warzyw dieta 120g, | Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczorek: Banan 1 szt, | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2691.92 kcal; Białko ogółem: 108.11 g; Tłuszcz: 64.43 g; Węglowodany ogółem: 430.89 g; Sól: 2.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.84 g; suma cukrów prostych: 155.67 g; Błonnik pokarmowy: 31.01 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital WSS5 | | |
|--|--|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczerek | Kolacja Posiłek nocny |
| sobota 2025-10-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa I* | | |
| Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), ogórek kiszony 100g, rukola 5g. | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos myśliwski 100g (1), | kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g , |
| | Podwieczerek: Grejfrut 1/2 szt , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2729.52 kcal; Białko ogółem: 93.11 g; Tłuszcz: 103.12 g; Węglowodany ogółem: 371.11 g; Sól: 6.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.28 g; suma cukrów prostych: 77.13 g; Błonnik pokarmowy: 34.19 g;

| sobota 2025-10-25 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II* | | |
|--|---|---|
| Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), | kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), herbata z cukrem 250ml*, szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g , |
| | Podwieczerek: pomarańcza 1 szt, | Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2750.55 kcal; Białko ogółem: 89.91 g; Tłuszcz: 106.64 g; Węglowodany ogółem: 372.00 g; Sól: 5.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.95 g; suma cukrów prostych: 78.63 g; Błonnik pokarmowy: 36.45 g;

| sobota 2025-10-25 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII | | |
|---|--|--|
| herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki b/soli 200g m, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), | herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, roszonek 5g , |
| | Podwieczerek: pomarańcza 1 szt, | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2688.85 kcal; Białko ogółem: 113.09 g; Tłuszcz: 103.37 g; Węglowodany ogółem: 334.07 g; Sól: 2.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.80 g; suma cukrów prostych: 77.45 g; Błonnik pokarmowy: 33.37 g;

| sobota 2025-10-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV | | |
|---|--|--|
| herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, | Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, | herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g , |
| | Podwieczerek: pomarańcza 1 szt, | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2482.75 kcal; Białko ogółem: 104.12 g; Tłuszcz: 82.88 g; Węglowodany ogółem: 342.90 g; Sól: 3.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.96 g; suma cukrów prostych: 77.89 g; Błonnik pokarmowy: 32.54 g;

| sobota 2025-10-25 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX | | |
|---|--|--|
| herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), papryka św. 100g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), | Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, | herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, roszonek 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), |
| | Podwieczerek: pomarańcza 1 szt, | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2579.65 kcal; Białko ogółem: 102.78 g; Tłuszcz: 90.18 g; Węglowodany ogółem: 347.62 g; Sól: 2.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.24 g; suma cukrów prostych: 79.61 g; Błonnik pokarmowy: 35.04 g;

| sobota 2025-10-25 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX | | |
|---|---|--|
| herbata 250g ~, Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszonek 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), |
| | Podwieczerek: pomarańcza 1 szt, | Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2931.50 kcal; Białko ogółem: 116.86 g; Tłuszcz: 110.28 g; Węglowodany ogółem: 382.03 g; Sól: 5.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.10 g; suma cukrów prostych: 88.03 g; Błonnik pokarmowy: 36.45 g;

| sobota 2025-10-25 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV | | |
|--|--|--|
| herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, | Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Masło 10g(2), | herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, |
| | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), |

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2231.68 kcal; Białko ogółem: 94.30 g; Tłuszcz: 81.26 g; Węglowodany ogółem: 288.34 g; Sól: 1.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.94 g; suma cukrów prostych: 75.29 g; Błonnik pokarmowy: 25.63 g;

| sobota 2025-10-25 Jadłospis dla diety: Płynna XIII | | |
|---|--|---|
| herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, | Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Szpinak gotowany 120g(2), Masło 15g*(2), | herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmień na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3), |
| | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2117.48 kcal; Białko ogółem: 82.12 g; Tłuszcz: 89.48 g; Węglowodany ogółem: 244.80 g; Sól: 1.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.01 g; suma cukrów prostych: 102.08 g; Błonnik pokarmowy: 19.83 g;

| sobota 2025-10-25 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII | | |
|--|---|--|
| herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), | Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), |
| | | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2207.86 kcal; Białko ogółem: 98.01 g; Tłuszcz: 62.25 g; Węglowodany ogółem: 319.94 g; Sól: 3.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.15 g; suma cukrów prostych: 77.32 g; Błonnik pokarmowy: 29.57 g;

| sobota 2025-10-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI | | |
|---|--|---|
| Herbata bez cukru 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), ogórek kiszony 100g, rukola 5g. | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt, Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), | Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, roszonka 5g . Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), |
| II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(8), | Podwieczorek: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2408.10 kcal; Białko ogółem: 80.16 g; Tłuszcz: 88.55 g; Węglowodany ogółem: 337.21 g; Sól: 6.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.95 g; suma cukrów prostych: 36.10 g; Błonnik pokarmowy: 37.82 g;

| sobota 2025-10-25 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V | | |
|---|---|--|
| Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), twaróg 70g (2), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka 100g, roszonka 5g |
| | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt, | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2675.10 kcal; Białko ogółem: 101.11 g; Tłuszcz: 91.40 g; Węglowodany ogółem: 378.45 g; Sól: 3.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.54 g; suma cukrów prostych: 63.92 g; Błonnik pokarmowy: 40.98 g;

| sobota 2025-10-25 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL | | |
|--|--|--|
| herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*, | ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Jajko sadzone 1szt*(3), Marchew gotowana 100g, Ziemniaki 200g*, | Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonka 5g , |
| | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt, | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(8), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2081.29 kcal; Białko ogółem: 78.94 g; Tłuszcz: 72.80 g; Węglowodany ogółem: 280.62 g; Sól: 3.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.39 g; suma cukrów prostych: 67.99 g; Błonnik pokarmowy: 28.88 g;

| sobota 2025-10-25 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM | | |
|--|---|---|
| herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., szynka piastowska 50g(8), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), | Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Ziemniaki 200g*, | herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., rzodkiewka 100g, szynka konserwowa 50g (8), roszonka 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), |
| | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt, | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2200.24 kcal; Białko ogółem: 78.98 g; Tłuszcz: 69.11 g; Węglowodany ogółem: 326.78 g; Sól: 4.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.61 g; suma cukrów prostych: 53.43 g; Błonnik pokarmowy: 29.43 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-10-25 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III | | |
|--|---|--|
| herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), | herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka 100g, szynka konserwowa 50g (8), rozszponka 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), |
| | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt, | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2506.15 kcal; Białko ogółem: 97.32 g; Tłuszcz: 75.28 g; Węglowodany ogółem: 374.03 g; Sól: 4.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.65 g; suma cukrów prostych: 80.59 g; Błonnik pokarmowy: 36.39 g;

| sobota 2025-10-25 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E | | |
|---|---|--|
| herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, | herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), rzodkiewka 100g, rozszponka 5g , |
| | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt, | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2721.95 kcal; Białko ogółem: 106.05 g; Tłuszcz: 97.78 g; Węglowodany ogółem: 362.25 g; Sól: 4.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.74 g; suma cukrów prostych: 81.75 g; Błonnik pokarmowy: 34.83 g;

| sobota 2025-10-25 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII | | |
|---|--|--|
| kajzerka50g(1), chleb pszen-żytni35g (1 kromka) (1), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , szynka piastowska 50g(8), ogórek kiszony 100g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), surówka meksykańska 120g (3,11,13), pomarańcza 1 szt, Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, rozszponka 5g , |
| II Śniadanie: Wafle ryżowe 20g(8), | Podwieczorek: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, | Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2359.80 kcal; Białko ogółem: 86.73 g; Tłuszcz: 65.84 g; Węglowodany ogółem: 367.66 g; Sól: 5.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.49 g; suma cukrów prostych: 64.04 g; Błonnik pokarmowy: 32.23 g;

| sobota 2025-10-25 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI | | |
|---|--|--|
| herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), pomarańcza 1 szt, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rozszponka 5g , |
| | | Posiłek nocny: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3119.10 kcal; Białko ogółem: 117.77 g; Tłuszcz: 126.39 g; Węglowodany ogółem: 380.64 g; Sól: 5.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.15 g; suma cukrów prostych: 85.79 g; Błonnik pokarmowy: 36.45 g;

| sobota 2025-10-25 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX | | |
|--|--|--|
| herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), ogórek zielony talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), mandarynka 1 szt., sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), | herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, ser żółty 60g (2), rozszponka 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), |
| | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2590.35 kcal; Białko ogółem: 100.41 g; Tłuszcz: 86.29 g; Węglowodany ogółem: 366.46 g; Sól: 3.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.27 g; suma cukrów prostych: 75.76 g; Błonnik pokarmowy: 34.52 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital WSS5 | | |
|---|--|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczerek | Kolacja Posiłek nocny |
| niedziela 2025-10-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa I* | | |
| kasza manna na mleku 350ml (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g* | Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, fasolka szparagowa z bułką tartą 120g(1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml* | kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, paprykarz 70g (4,8), Masło 15g*(2), papryka św. 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2666.19 kcal; Białko ogółem: 114.32 g; Tłuszcz: 99.22 g; Węglowodany ogółem: 340.08 g; Sól: 3.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.42 g; suma cukrów prostych: 93.31 g; Błonnik pokarmowy: 27.58 g;

| niedziela 2025-10-26 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II* | | |
|---|--|--|
| Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), Twaróg z rzodkiewką z koperkiem 170g (2)*, kasza manna na mleku 350ml (1,2), roszponka 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), | Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml* | Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), |
| | Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2457.67 kcal; Białko ogółem: 117.76 g; Tłuszcz: 76.60 g; Węglowodany ogółem: 333.51 g; Sól: 2.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.83 g; suma cukrów prostych: 100.84 g; Błonnik pokarmowy: 25.70 g;

| niedziela 2025-10-26 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), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), | rosół z makaronem 400ml b/soli, Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki b/soli 200g m, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml* | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2299.51 kcal; Białko ogółem: 107.26 g; Tłuszcz: 70.86 g; Węglowodany ogółem: 317.82 g; Sól: 2.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.26 g; suma cukrów prostych: 104.02 g; Błonnik pokarmowy: 26.75 g;

| niedziela 2025-10-26 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), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), | Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g* | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2356.51 kcal; Białko ogółem: 107.28 g; Tłuszcz: 70.27 g; Węglowodany ogółem: 332.90 g; Sól: 2.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.98 g; suma cukrów prostych: 100.33 g; Błonnik pokarmowy: 25.63 g;

| niedziela 2025-10-26 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX | | |
|---|--|---|
| Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), ogórek zielony talarki 100g, roszponka 5g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), | Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml* | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), |
| | Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2454.41 kcal; Białko ogółem: 99.37 g; Tłuszcz: 74.12 g; Węglowodany ogółem: 356.89 g; Sól: 2.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.77 g; suma cukrów prostych: 101.38 g; Błonnik pokarmowy: 25.89 g;

| niedziela 2025-10-26 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX | | |
|---|--|---|
| Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), roszponka 5g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), | Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml* | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), |
| | Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2442.31 kcal; Białko ogółem: 124.22 g; Tłuszcz: 69.59 g; Węglowodany ogółem: 333.36 g; Sól: 2.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.77 g; suma cukrów prostych: 100.21 g; Błonnik pokarmowy: 25.63 g;

| niedziela 2025-10-26 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV | | |
|---|--|--|
| Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajko, masło 350ml*, | Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, |

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2308.73 kcal; Białko ogółem: 112.31 g; Tłuszcz: 82.29 g; Węglowodany ogółem: 286.80 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.43 g; suma cukrów prostych: 86.90 g; Błonnik pokarmowy: 23.57 g;

| niedziela 2025-10-26 Jadłospis dla diety: Płynna XIII | | |
|---|--|--|
| Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, | Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, |
| | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2149.60 kcal; Białko ogółem: 88.43 g; Tłuszcz: 84.44 g; Węglowodany ogółem: 255.36 g; Sól: 2.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.24 g; suma cukrów prostych: 105.64 g; Błonnik pokarmowy: 14.77 g;

| niedziela 2025-10-26 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII | | |
|---|---|--|
| Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), | Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Jarzynka gotowana 100g* (1,2,13), Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), |
| | | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1971.30 kcal; Białko ogółem: 77.54 g; Tłuszcz: 62.80 g; Węglowodany ogółem: 277.16 g; Sól: 2.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.02 g; suma cukrów prostych: 69.34 g; Błonnik pokarmowy: 22.97 g;

| niedziela 2025-10-26 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI | | |
|---|--|--|
| kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i pestkami dyni 100g*, szynka piastowska 50g(8), | Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , | paprykarz 70g (4,8), Masło 15g*(2), papryka św. 100g , Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g, |
| II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*, | Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml, | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2401.95 kcal; Białko ogółem: 102.85 g; Tłuszcz: 93.28 g; Węglowodany ogółem: 299.54 g; Sól: 3.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.38 g; suma cukrów prostych: 70.71 g; Błonnik pokarmowy: 38.66 g;

| niedziela 2025-10-26 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), papryka św. 100g , szynka piastowska 50g(8), rosponka 5g , rzodkiewka talarki 100g, | Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 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), pomidor 100g, rukola 5g, |
| | Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2077.56 kcal; Białko ogółem: 99.96 g; Tłuszcz: 65.86 g; Węglowodany ogółem: 285.15 g; Sól: 2.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.73 g; suma cukrów prostych: 56.89 g; Błonnik pokarmowy: 34.97 g;

| niedziela 2025-10-26 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL | | |
|--|--|--|
| Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Ser żółty 50g(2), rzodkiewka talarki 100g, rosponka 5g , Mus warzywno-owocowy 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), | ziemniaczana b-mąki350ml(2,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane b/mąki 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2),, rukola 5g, |
| | Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, wafle ryżowe 60g(8), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2342.33 kcal; Białko ogółem: 99.99 g; Tłuszcz: 81.47 g; Węglowodany ogółem: 309.94 g; Sól: 4.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.53 g; suma cukrów prostych: 95.47 g; Błonnik pokarmowy: 27.93 g;

| niedziela 2025-10-26 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM | | |
|---|---|--|
| Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rosponka 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), | ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane b/mleka 120g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | miód 1 szt.(25g), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), |
| | Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2224.01 kcal; Białko ogółem: 76.52 g; Tłuszcz: 47.58 g; Węglowodany ogółem: 382.07 g; Sól: 3.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.28 g; suma cukrów prostych: 98.09 g; Błonnik pokarmowy: 36.71 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2025-10-26 | | |
|---|---|---|
| Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III | | |
| Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), kasza manna na mleku 350ml (1,2), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), | Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), |
| | Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2334.51 kcal; Białko ogółem: 117.22 g; Tłuszcz: 63.52 g; Węglowodany ogółem: 332.66 g; Sól: 2.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.56 g; suma cukrów prostych: 100.12 g; Błonnik pokarmowy: 25.63 g;

| niedziela 2025-10-26 | | |
|--|--|--|
| Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E | | |
| Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , | Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), miód 2szt. (50g), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), |
| | Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2770.26 kcal; Białko ogółem: 107.90 g; Tłuszcz: 68.17 g; Węglowodany ogółem: 440.07 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.65 g; suma cukrów prostych: 179.95 g; Błonnik pokarmowy: 24.43 g;

| niedziela 2025-10-26 | | |
|--|--|--|
| Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII | | |
| Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka piastowska 50g(8), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kasza manna na mleku 350ml (1,2), | Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , | Herbata z cukrem 250ml*, paprykarz 70g (4,8), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), papryka św. 100g , Masło 15g*(2), rukola 5g, |
| II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*, | Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml, | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2533.15 kcal; Białko ogółem: 105.98 g; Tłuszcz: 86.24 g; Węglowodany ogółem: 342.37 g; Sól: 4.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.14 g; suma cukrów prostych: 99.95 g; Błonnik pokarmowy: 33.01 g;

| niedziela 2025-10-26 | | |
|---|---|--|
| 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), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), roszponka 5g , kasza manna na mleku 350ml (1,2), | Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), |
| | Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2663.31 kcal; Białko ogółem: 117.50 g; Tłuszcz: 95.44 g; Węglowodany ogółem: 331.65 g; Sól: 3.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.51 g; suma cukrów prostych: 98.16 g; Błonnik pokarmowy: 25.63 g;

| niedziela 2025-10-26 | | |
|--|---|---|
| Jadłospis dla diety: Dziecięca XX | | |
| Herbata owocowa 250g*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), kiwi 1szt., dżem 50g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , | Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, |
| | Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. , | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2413.86 kcal; Białko ogółem: 105.34 g; Tłuszcz: 73.49 g; Węglowodany ogółem: 343.05 g; Sól: 3.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.49 g; suma cukrów prostych: 105.38 g; Błonnik pokarmowy: 27.29 g;

Dietetyk

.....