

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-10-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Herbata z cukrem 250 g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Fasolowa z ziemniakami 350ml* (1,8,13), Knedle z truskawkami 300g* (1), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), ogórek zielony talarki 100g, Paszlet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2657.69 kcal; Białko ogółem: 80.50 g; Tłuszcz: 71.42 g; Węglowodany ogółem: 437.94 g; Sól: 2.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.04 g; suma cukrów prostych: 101.86 g; Błonnik pokarmowy: 36.89 g;

<b>poniedziałek 2025-10-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250 g, Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 300g* (1), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2367.08 kcal; Białko ogółem: 64.88 g; Tłuszcz: 57.03 g; Węglowodany ogółem: 408.61 g; Sól: 1.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.56 g; suma cukrów prostych: 102.62 g; Błonnik pokarmowy: 29.60 g;

<b>poniedziałek 2025-10-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Knedle z truskawkami 300g* (1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2459.48 kcal; Białko ogółem: 77.97 g; Tłuszcz: 60.32 g; Węglowodany ogółem: 411.20 g; Sól: 1.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.51 g; suma cukrów prostych: 104.86 g; Błonnik pokarmowy: 29.60 g;

<b>poniedziałek 2025-10-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2442.02 kcal; Białko ogółem: 91.43 g; Tłuszcz: 70.43 g; Węglowodany ogółem: 371.75 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.05 g; suma cukrów prostych: 104.78 g; Błonnik pokarmowy: 29.66 g;

<b>poniedziałek 2025-10-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), roszonek 5g , rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2464.82 kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz: 73.37 g; Węglowodany ogółem: 372.19 g; Sól: 2.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.81 g; suma cukrów prostych: 103.85 g; Błonnik pokarmowy: 30.96 g;

<b>poniedziałek 2025-10-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homo waniliowy 70g*(2), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g , Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), roszonek 5g , twaróg krajanka 70g (2),
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2494.35 kcal; Białko ogółem: 110.98 g; Tłuszcz: 72.13 g; Węglowodany ogółem: 361.46 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.88 g; suma cukrów prostych: 112.93 g; Błonnik pokarmowy: 29.76 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-10-27		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV
Platki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3), Herbata z cukrem 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g,	Ryżowa 400ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2146.89 kcal; Białko ogółem: 91.69 g; Tłuszcz: 69.70 g; Węglowodany ogółem: 292.73 g; Sól: 3.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.83 g; suma cukrów prostych: 80.69 g; Błonnik pokarmowy: 29.39 g;

poniedziałek 2025-10-27		Jadłospis dla diety: Płynna XIII
Herbata z cukrem 250ml*, Platki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Jarzynka gotowana 150g*, masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2264.80 kcal; Białko ogółem: 77.64 g; Tłuszcz: 91.89 g; Węglowodany ogółem: 277.16 g; Sól: 2.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.22 g; suma cukrów prostych: 107.71 g; Błonnik pokarmowy: 22.56 g;

poniedziałek 2025-10-27		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2227.97 kcal; Białko ogółem: 80.17 g; Tłuszcz: 68.89 g; Węglowodany ogółem: 324.03 g; Sól: 2.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.02 g; suma cukrów prostych: 113.59 g; Błonnik pokarmowy: 31.46 g;

poniedziałek 2025-10-27		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI
Herbata b/c 250 g, chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Risotto dieta 250g* (13), Salata zielona z sosem winegret 80g, śliwka 2szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony talarki 100g, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> podplomyki b/c 2szt.15g (1),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2229.81 kcal; Białko ogółem: 78.79 g; Tłuszcz: 89.66 g; Węglowodany ogółem: 286.96 g; Sól: 2.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.03 g; suma cukrów prostych: 35.73 g; Błonnik pokarmowy: 29.61 g;

poniedziałek 2025-10-27		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V
Herbata b/c 250 g, chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g ,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> kiwi 1szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2215.58 kcal; Białko ogółem: 86.67 g; Tłuszcz: 76.48 g; Węglowodany ogółem: 304.48 g; Sól: 2.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.32 g; suma cukrów prostych: 39.13 g; Błonnik pokarmowy: 32.48 g;

poniedziałek 2025-10-27		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g, ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

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

poniedziałek 2025-10-27		Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , filet pieczony z indyka 60g , pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

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

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-10-27		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g, Knedle z truskawkami 300g* (1),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2195.28 kcal; Białko ogółem: 64.64 g; Tłuszcz: 38.15 g; Węglowodany ogółem: 408.36 g; Sól: 1.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.26 g; suma cukrów prostych: 102.41 g; Błonnik pokarmowy: 29.60 g;

poniedziałek 2025-10-27		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), rukola 5g, pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 300g* (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2609.98 kcal; Białko ogółem: 89.73 g; Tłuszcz: 63.26 g; Węglowodany ogółem: 430.49 g; Sól: 1.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.28 g; suma cukrów prostych: 123.87 g; Błonnik pokarmowy: 29.60 g;

poniedziałek 2025-10-27		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, śliwka 2szt., Knedle z truskawkami 300g* (1),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , szynka piastowska 50g(8), ogórek zielony talarki 100g, Herbata bez cukru 250g, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> podpiomyki b/c 2szt. 15g (1),	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2071.43 kcal; Białko ogółem: 68.57 g; Tłuszcz: 47.33 g; Węglowodany ogółem: 352.56 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.28 g; suma cukrów prostych: 55.59 g; Błonnik pokarmowy: 26.85 g;

poniedziałek 2025-10-27		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), ser żółty 60g (2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g, Knedle z truskawkami 300g* (1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), roszonek 5g , twaróg krajanka 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2912.88 kcal; Białko ogółem: 120.27 g; Tłuszcz: 98.62 g; Węglowodany ogółem: 383.16 g; Sól: 2.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.15 g; suma cukrów prostych: 83.72 g; Błonnik pokarmowy: 26.30 g;

poniedziałek 2025-10-27		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Knedle z truskawkami 300g* (1),	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2464.08 kcal; Białko ogółem: 77.98 g; Tłuszcz: 59.73 g; Węglowodany ogółem: 413.71 g; Sól: 1.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.20 g; suma cukrów prostych: 110.02 g; Błonnik pokarmowy: 29.30 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2025-10-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), gulasz wieprzowy 150g m (1), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*	rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g, Masło 15g*(2),
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2815.01 kcal; Białko ogółem: 114.32 g; Tłuszcz: 93.61 g; Węglowodany ogółem: 389.17 g; Sól: 3.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.31 g; suma cukrów prostych: 113.77 g; Błonnik pokarmowy: 36.91 g;

<b>wtorek 2025-10-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2544.92 kcal; Białko ogółem: 112.20 g; Tłuszcz: 68.74 g; Węglowodany ogółem: 376.45 g; Sól: 2.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.49 g; suma cukrów prostych: 105.03 g; Błonnik pokarmowy: 32.75 g;

<b>wtorek 2025-10-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2554.48 kcal; Białko ogółem: 117.93 g; Tłuszcz: 66.61 g; Węglowodany ogółem: 377.86 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.53 g; suma cukrów prostych: 106.75 g; Błonnik pokarmowy: 32.75 g;

<b>wtorek 2025-10-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2359.14 kcal; Białko ogółem: 115.57 g; Tłuszcz: 64.84 g; Węglowodany ogółem: 336.36 g; Sól: 2.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.05 g; suma cukrów prostych: 106.51 g; Błonnik pokarmowy: 29.82 g;

<b>wtorek 2025-10-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z kurczaka gotowany 80g,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2),
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2329.73 kcal; Białko ogółem: 115.08 g; Tłuszcz: 54.86 g; Węglowodany ogółem: 351.91 g; Sól: 2.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.12 g; suma cukrów prostych: 85.35 g; Błonnik pokarmowy: 34.86 g;

<b>wtorek 2025-10-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), ziemniaki 200g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2454.28 kcal; Białko ogółem: 118.11 g; Tłuszcz: 64.41 g; Węglowodany ogółem: 357.46 g; Sól: 2.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.90 g; suma cukrów prostych: 85.75 g; Błonnik pokarmowy: 32.75 g;

<b>wtorek 2025-10-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Jarzynka gotowana 150g*, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Jadłospisy dla oddziałów**

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2543.27 kcal; Białko ogółem: 115.26 g; Tłuszcz: 77.45 g; Węglowodany ogółem: 351.27 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.76 g; suma cukrów prostych: 118.10 g; Błonnik pokarmowy: 30.27 g;

wtorek 2025-10-28 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Masło 15g*(2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2461.54 kcal; Białko ogółem: 93.44 g; Tłuszcz: 94.70 g; Węglowodany ogółem: 303.41 g; Sól: 2.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.56 g; suma cukrów prostych: 140.06 g; Błonnik pokarmowy: 20.65 g;

wtorek 2025-10-28 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2890.14 kcal; Białko ogółem: 121.77 g; Tłuszcz: 90.10 g; Węglowodany ogółem: 394.91 g; Sól: 2.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.87 g; suma cukrów prostych: 126.96 g; Błonnik pokarmowy: 32.33 g;

wtorek 2025-10-28 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, jabłko deserowe 1 szt. , Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 15g*(2), rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , Herbata z cukrem 250ml*,
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Podwieczorek:</b> Biszkoty bez cukru 30g (1,3),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2335.80 kcal; Białko ogółem: 101.66 g; Tłuszcz: 63.41 g; Węglowodany ogółem: 351.96 g; Sól: 2.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.21 g; suma cukrów prostych: 63.37 g; Błonnik pokarmowy: 43.51 g;

wtorek 2025-10-28 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2715.08 kcal; Białko ogółem: 121.53 g; Tłuszcz: 60.26 g; Węglowodany ogółem: 429.91 g; Sól: 2.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.96 g; suma cukrów prostych: 108.92 g; Błonnik pokarmowy: 40.13 g;

wtorek 2025-10-28 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Herbata z cukrem 250ml*, Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*, chleb b/glutenowy 3 kromki,	ziemniaczana b-mąki350ml,(2,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g, Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	chleb b/glutenowy 3 kromki, rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, szynka na kartki 50g*, pomidor 100g, Masło 15g*(2),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9), mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2073.12 kcal; Białko ogółem: 81.61 g; Tłuszcz: 61.59 g; Węglowodany ogółem: 300.89 g; Sól: 2.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.43 g; suma cukrów prostych: 84.05 g; Błonnik pokarmowy: 29.37 g;

wtorek 2025-10-28 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , dżem 50g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g, Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, filet pieczony z indyka 60g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2165.83 kcal; Białko ogółem: 85.17 g; Tłuszcz: 43.59 g; Węglowodany ogółem: 366.50 g; Sól: 1.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.74 g; suma cukrów prostych: 90.25 g; Błonnik pokarmowy: 33.78 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-10-28			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twarożek 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rosłonką i czarnuszką 100g*	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, Herbata z cukrem 250 g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2),			
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2471.87 kcal; Białko ogółem: 117.92 g; Tłuszcz: 55.19 g; Węglowodany ogółem: 382.90 g; Sól: 2.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.07 g; suma cukrów prostych: 111.82 g; Błonnik pokarmowy: 32.75 g;

wtorek 2025-10-28			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rosłonką i czarnuszką 100g*	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Jajko sadzone 1szt*(3),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,			
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2539.89 kcal; Białko ogółem: 100.68 g; Tłuszcz: 72.10 g; Węglowodany ogółem: 373.54 g; Sól: 3.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.85 g; suma cukrów prostych: 106.91 g; Błonnik pokarmowy: 32.60 g;

wtorek 2025-10-28			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rosłonką i czarnuszką 100g*	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), papryka św. 100g ,			
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Podwieczorek:</b> Biskopki bez cukru 30g (1,3),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2423.63 kcal; Białko ogółem: 110.66 g; Tłuszcz: 63.57 g; Węglowodany ogółem: 361.41 g; Sól: 2.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.84 g; suma cukrów prostych: 114.24 g; Błonnik pokarmowy: 34.15 g;

wtorek 2025-10-28			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rosłonką i czarnuszką 100g*	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, ser żółty 60g (2),			
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3023.28 kcal; Białko ogółem: 141.07 g; Tłuszcz: 103.66 g; Węglowodany ogółem: 377.52 g; Sól: 3.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.04 g; suma cukrów prostych: 104.89 g; Błonnik pokarmowy: 32.75 g;

wtorek 2025-10-28			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rosłonką i czarnuszką 100g*	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g,			
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2405.63 kcal; Białko ogółem: 104.25 g; Tłuszcz: 64.06 g; Węglowodany ogółem: 360.00 g; Sól: 2.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.70 g; suma cukrów prostych: 88.57 g; Błonnik pokarmowy: 32.75 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2025-10-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Herbata z cukrem 250ml*	Porowa z ziemniakami 350 ml(1,2,13), mięso z udźca indyka duszone 90g w sosie wł. 100g (1,2), Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, 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, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Grejfrut 1/2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2574.85 kcal; Białko ogółem: 113.40 g; Tłuszcz: 86.51 g; Węglowodany ogółem: 349.16 g; Sól: 4.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.85 g; suma cukrów prostych: 88.19 g; Błonnik pokarmowy: 31.96 g;

<b>środa 2025-10-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, mięso z udźca indyka duszone 90g w sosie wł. 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g .
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2378.02 kcal; Białko ogółem: 106.99 g; Tłuszcz: 73.87 g; Węglowodany ogółem: 333.41 g; Sól: 4.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.31 g; suma cukrów prostych: 80.78 g; Błonnik pokarmowy: 30.76 g;

<b>środa 2025-10-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	ziemniaczana 400ml m b/soli(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, mięso z udźca indyka duszone 90g w sosie wł. 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2388.17 kcal; Białko ogółem: 113.04 g; Tłuszcz: 67.38 g; Węglowodany ogółem: 344.53 g; Sól: 4.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.00 g; suma cukrów prostych: 84.02 g; Błonnik pokarmowy: 30.93 g;

<b>środa 2025-10-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), mięso drobiowe gotowane 100g , Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, 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, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2244.87 kcal; Białko ogółem: 91.39 g; Tłuszcz: 75.00 g; Węglowodany ogółem: 309.84 g; Sól: 2.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.62 g; suma cukrów prostych: 81.63 g; Błonnik pokarmowy: 24.64 g;

<b>środa 2025-10-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), mięso drobiowe gotowane 100g , Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g, ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

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

<b>środa 2025-10-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), pomidor 100g, szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, mięso z udźca indyka duszone 90g w sosie wł. 100g (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), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2515.22 kcal; Białko ogółem: 134.71 g; Tłuszcz: 74.57 g; Węglowodany ogółem: 338.31 g; Sól: 4.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.71 g; suma cukrów prostych: 85.12 g; Błonnik pokarmowy: 30.76 g;

<b>środa 2025-10-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Herbata 250g,	ziemniaczana 400ml płynna, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g , brokuły z wody 150g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

## Jadłospisy dla oddziałów

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

środa 2025-10-29 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

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

środa 2025-10-29 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

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

środa 2025-10-29 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., mięso z udźca indyka duszone 90g w sosie wł. 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2360.50 kcal; Białko ogółem: 104.41 g; Tłuszcz: 80.40 g; Węglowodany ogółem: 320.27 g; Sól: 3.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.57 g; suma cukrów prostych: 56.77 g; Błonnik pokarmowy: 36.84 g;

środa 2025-10-29 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, mięso z udźca indyka duszone 90g w sosie wł. 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> kiwi 1szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2482.92 kcal; Białko ogółem: 112.11 g; Tłuszcz: 74.71 g; Węglowodany ogółem: 356.71 g; Sól: 4.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.97 g; suma cukrów prostych: 70.08 g; Błonnik pokarmowy: 40.40 g;

środa 2025-10-29 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

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

środa 2025-10-29 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g, kleik z kaszy manny 350ml(1), pomidor 100g,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, filet pieczony z indyka 60g , roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1949.27 kcal; Białko ogółem: 81.57 g; Tłuszcz: 48.53 g; Węglowodany ogółem: 302.86 g; Sól: 3.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.55 g; suma cukrów prostych: 68.36 g; Błonnik pokarmowy: 29.29 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-10-29		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twarożek 70g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, mięso z udźca indyka duszone 90g w sosie wł. 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2213.32 kcal; Białko ogółem: 111.51 g; Tłuszcz: 52.54 g; Węglowodany ogółem: 335.61 g; Sól: 3.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.42 g; suma cukrów prostych: 82.74 g; Błonnik pokarmowy: 30.76 g;

środa 2025-10-29		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Risotto jarskie dieta 250g (8,11,13), Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2435.98 kcal; Białko ogółem: 98.03 g; Tłuszcz: 75.26 g; Węglowodany ogółem: 353.58 g; Sól: 3.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.07 g; suma cukrów prostych: 88.56 g; Błonnik pokarmowy: 33.96 g;

środa 2025-10-29		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), margaryna roślinna lactima 10g , Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), rukola 5g, Herbata bez cukru 250g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., mięso z udźca indyka duszone 90g w sosie wł. 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2479.45 kcal; Białko ogółem: 117.70 g; Tłuszcz: 76.62 g; Węglowodany ogółem: 343.35 g; Sól: 4.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.48 g; suma cukrów prostych: 74.75 g; Błonnik pokarmowy: 31.63 g;

środa 2025-10-29		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), pomidor 100g, Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), szynka konserwowa 50g (8),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, mięso z udźca indyka duszone 90g w sosie wł. 100g (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), rzodkiewka talarki 100g, ser żółty 60g (2), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2902.70 kcal; Białko ogółem: 151.59 g; Tłuszcz: 105.13 g; Węglowodany ogółem: 351.22 g; Sól: 5.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.42 g; suma cukrów prostych: 86.43 g; Błonnik pokarmowy: 33.79 g;

środa 2025-10-29		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, mięso z udźca indyka duszone 90g w sosie wł. 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), kajzerka 50g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2378.02 kcal; Białko ogółem: 106.99 g; Tłuszcz: 73.87 g; Węglowodany ogółem: 333.41 g; Sól: 4.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.31 g; suma cukrów prostych: 80.78 g; Błonnik pokarmowy: 30.76 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-10-30</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), schab benedykta 50g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka św. 100g, roszponka 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g, Bigos 300g* (1,8,11,13),	paprykarz 50g(4,8), Herbata z cukrem 250ml*, ogórek zielony talarki 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, drożdżówka 1szt (1,2,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2228.70 kcal; Białko ogółem: 76.29 g; Tłuszcz: 64.60 g; Węglowodany ogółem: 347.74 g; Sól: 4.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.70 g; suma cukrów prostych: 78.83 g; Błonnik pokarmowy: 31.39 g;

<b>czwartek 2025-10-30</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, drożdżówka 1szt (1,2,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2163.12 kcal; Białko ogółem: 84.36 g; Tłuszcz: 58.35 g; Węglowodany ogółem: 332.49 g; Sól: 2.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.68 g; suma cukrów prostych: 65.53 g; Błonnik pokarmowy: 24.80 g;

<b>czwartek 2025-10-30</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),., rukola 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2067.22 kcal; Białko ogółem: 98.86 g; Tłuszcz: 43.10 g; Węglowodany ogółem: 327.08 g; Sól: 3.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.92 g; suma cukrów prostych: 74.14 g; Błonnik pokarmowy: 22.77 g;

<b>czwartek 2025-10-30</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sałata 10g, Ziemniaki 200g*, 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), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2177.58 kcal; Białko ogółem: 92.05 g; Tłuszcz: 51.02 g; Węglowodany ogółem: 342.48 g; Sól: 4.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.41 g; suma cukrów prostych: 74.28 g; Błonnik pokarmowy: 21.43 g;

<b>czwartek 2025-10-30</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Sałata 10g, 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), twaróg krajanka 70g (2),., pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2180.43 kcal; Białko ogółem: 91.38 g; Tłuszcz: 53.96 g; Węglowodany ogółem: 337.93 g; Sól: 4.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.17 g; suma cukrów prostych: 68.36 g; Błonnik pokarmowy: 22.73 g;

<b>czwartek 2025-10-30</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, twaróg 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, drożdżówka 1szt (1,2,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2278.32 kcal; Białko ogółem: 110.52 g; Tłuszcz: 58.55 g; Węglowodany ogółem: 334.20 g; Sól: 3.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.82 g; suma cukrów prostych: 68.04 g; Błonnik pokarmowy: 24.10 g;

<b>czwartek 2025-10-30</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Gryskowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuly z wody 120 g.

## Jadłospisy dla oddziałów

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

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

czwartek 2025-10-30 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Salata 10g, masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1951.01 kcal; Białko ogółem: 75.81 g; Tłuszcz: 78.12 g; Węglowodany ogółem: 229.53 g; Sól: 1.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.47 g; suma cukrów prostych: 94.65 g; Błonnik pokarmowy: 10.32 g;

czwartek 2025-10-30 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

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

czwartek 2025-10-30 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g , roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), gruszka 1 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	paprykarz 50g(4,8), Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> podplomyki b/c 2szt.15g (1),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2294.99 kcal; Białko ogółem: 85.74 g; Tłuszcz: 71.84 g; Węglowodany ogółem: 335.74 g; Sól: 3.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.62 g; suma cukrów prostych: 52.63 g; Błonnik pokarmowy: 38.41 g;

czwartek 2025-10-30 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z kap. pekińskiej 120g, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2411.69 kcal; Białko ogółem: 95.33 g; Tłuszcz: 64.31 g; Węglowodany ogółem: 375.60 g; Sól: 3.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.52 g; suma cukrów prostych: 60.31 g; Błonnik pokarmowy: 37.76 g;

czwartek 2025-10-30 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
twarożek 70g (2), Masło 20g* (2), Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), ziemniaki 250g, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, pomidor 100g, ser żółty 60g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1756.83 kcal; Białko ogółem: 74.47 g; Tłuszcz: 58.49 g; Węglowodany ogółem: 241.93 g; Sól: 5.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.62 g; suma cukrów prostych: 73.49 g; Błonnik pokarmowy: 20.03 g;

czwartek 2025-10-30 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., schab na kartki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1738.63 kcal; Białko ogółem: 59.84 g; Tłuszcz: 20.91 g; Węglowodany ogółem: 336.89 g; Sól: 5.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 6.13 g; suma cukrów prostych: 71.69 g; Błonnik pokarmowy: 26.91 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-10-30		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g , rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2086.72 kcal; Białko ogółem: 87.91 g; Tłuszcz: 41.15 g; Węglowodany ogółem: 348.06 g; Sól: 3.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.30 g; suma cukrów prostych: 69.27 g; Błonnik pokarmowy: 24.69 g;

czwartek 2025-10-30		
Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser żółty 50g(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, drożdżówka 1szt (1,2,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2238.10 kcal; Białko ogółem: 87.86 g; Tłuszcz: 71.35 g; Węglowodany ogółem: 313.05 g; Sól: 3.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.63 g; suma cukrów prostych: 65.05 g; Błonnik pokarmowy: 23.19 g;

czwartek 2025-10-30		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), papryka św. 100g , roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), gruszka 1 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 50g(4,8), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> podpiomyki b/c 2szt. 15g (1),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2387.34 kcal; Białko ogółem: 95.26 g; Tłuszcz: 64.94 g; Węglowodany ogółem: 361.28 g; Sól: 4.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.25 g; suma cukrów prostych: 69.67 g; Błonnik pokarmowy: 31.43 g;

czwartek 2025-10-30		
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)*, twaróg 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, drożdżówka 1szt (1,2,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2489.72 kcal; Białko ogółem: 110.66 g; Tłuszcz: 77.60 g; Węglowodany ogółem: 332.95 g; Sól: 3.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.62 g; suma cukrów prostych: 65.87 g; Błonnik pokarmowy: 24.10 g;

czwartek 2025-10-30		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g , rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13),	Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, drożdżówka 1szt (1,2,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2231.77 kcal; Białko ogółem: 94.45 g; Tłuszcz: 61.33 g; Węglowodany ogółem: 326.59 g; Sól: 3.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.80 g; suma cukrów prostych: 65.14 g; Błonnik pokarmowy: 23.57 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2025-10-31</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Salatkę z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), ogórek konserwowy 100g*, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sok owocowy 100% 200ml. 1szt., galaretką 250g, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2966.44 kcal; Białko ogółem: 118.99 g; Tłuszcz: 112.33 g; Węglowodany ogółem: 378.51 g; Sól: 4.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.63 g; suma cukrów prostych: 102.11 g; Błonnik pokarmowy: 27.92 g;

<b>piątek 2025-10-31</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sok owocowy 100% 200ml. 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2681.63 kcal; Białko ogółem: 104.03 g; Tłuszcz: 62.43 g; Węglowodany ogółem: 436.66 g; Sól: 3.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.46 g; suma cukrów prostych: 160.92 g; Błonnik pokarmowy: 31.41 g;

<b>piątek 2025-10-31</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki b/soli 200g m, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sok owocowy 100% 200ml. 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2656.03 kcal; Białko ogółem: 116.29 g; Tłuszcz: 63.06 g; Węglowodany ogółem: 415.49 g; Sól: 3.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.88 g; suma cukrów prostych: 163.71 g; Błonnik pokarmowy: 29.49 g;

<b>piątek 2025-10-31</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sok owocowy 100% 200ml. 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2556.59 kcal; Białko ogółem: 102.63 g; Tłuszcz: 64.27 g; Węglowodany ogółem: 400.92 g; Sól: 3.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.02 g; suma cukrów prostych: 124.90 g; Błonnik pokarmowy: 28.14 g;

<b>piątek 2025-10-31</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), dżem 50g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), marchew gotowana 120g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sok owocowy 100% 200ml. 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2599.36 kcal; Białko ogółem: 98.81 g; Tłuszcz: 59.69 g; Węglowodany ogółem: 427.73 g; Sól: 2.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.14 g; suma cukrów prostych: 144.76 g; Błonnik pokarmowy: 31.81 g;

<b>piątek 2025-10-31</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sok owocowy 100% 200ml. 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2807.23 kcal; Białko ogółem: 125.89 g; Tłuszcz: 65.18 g; Węglowodany ogółem: 439.96 g; Sól: 3.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.75 g; suma cukrów prostych: 163.34 g; Błonnik pokarmowy: 31.41 g;

<b>piątek 2025-10-31</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> sok owocowy 100% 200ml. 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2031.33 kcal; Białko ogółem: 95.87 g; Tłuszcz: 61.10 g; Węglowodany ogółem: 286.17 g; Sól: 1.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.96 g; suma cukrów prostych: 73.87 g; Błonnik pokarmowy: 24.86 g;

piątek 2025-10-31 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Płynna XIII</span>		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Masło 15g*(2), Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> sok owocowy 100% 200ml. 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2007.26 kcal; Białko ogółem: 82.75 g; Tłuszcz: 74.27 g; Węglowodany ogółem: 251.38 g; Sól: 1.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.65 g; suma cukrów prostych: 95.47 g; Błonnik pokarmowy: 13.54 g;

piątek 2025-10-31 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</span>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sok owocowy 100% 200ml. 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2644.24 kcal; Białko ogółem: 108.10 g; Tłuszcz: 72.74 g; Węglowodany ogółem: 394.18 g; Sól: 2.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.64 g; suma cukrów prostych: 137.54 g; Błonnik pokarmowy: 28.94 g;

piątek 2025-10-31 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</span>		
Kakao b/c 250 ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Sałatka z pomidorem,sałata zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), ogórek konserwowy 100g*, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> Biszkopcy bez cukru 30g (1,3),	<b>Posiłek nocny:</b> sok warzywny 300ml 1 szt. , Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2499.02 kcal; Białko ogółem: 101.77 g; Tłuszcz: 76.08 g; Węglowodany ogółem: 358.32 g; Sól: 4.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.81 g; suma cukrów prostych: 73.99 g; Błonnik pokarmowy: 41.11 g;

piątek 2025-10-31 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</span>		
kakao 250ml (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), jabłko deserowe 1 szt. , twaróg krajanka 30g. (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), dżem 50g.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sok owocowy 100% 200ml. 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2730.58 kcal; Białko ogółem: 108.83 g; Tłuszcz: 63.05 g; Węglowodany ogółem: 446.55 g; Sól: 3.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.04 g; suma cukrów prostych: 139.29 g; Błonnik pokarmowy: 40.36 g;

piątek 2025-10-31 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</span>		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), dżem 50g.	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twarożek 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sok owocowy 100% 200ml. 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1914.78 kcal; Białko ogółem: 81.40 g; Tłuszcz: 45.79 g; Węglowodany ogółem: 304.78 g; Sól: 2.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.64 g; suma cukrów prostych: 125.67 g; Błonnik pokarmowy: 22.91 g;

piątek 2025-10-31 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</span>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., schab na kartki 50g*, jabłko deserowe 1 szt. , Kleik z kaszy manny 500ml*(1), dżem 50g.	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sok owocowy 100% 200ml. 1szt., Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2101.69 kcal; Białko ogółem: 75.95 g; Tłuszcz: 20.39 g; Węglowodany ogółem: 411.78 g; Sól: 3.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 5.85 g; suma cukrów prostych: 128.52 g; Błonnik pokarmowy: 34.80 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-10-31		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sok owocowy 100% 200ml. 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2509.83 kcal; Białko ogółem: 103.78 g; Tłuszcz: 43.56 g; Węglowodany ogółem: 436.42 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.16 g; suma cukrów prostych: 160.71 g; Błonnik pokarmowy: 31.41 g;

piątek 2025-10-31		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, Surówka z kapusty kisz 120g*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser żółty 50g(2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sok owocowy 100% 200ml. 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2441.20 kcal; Białko ogółem: 102.64 g; Tłuszcz: 70.10 g; Węglowodany ogółem: 357.94 g; Sól: 3.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.44 g; suma cukrów prostych: 143.81 g; Błonnik pokarmowy: 26.50 g;

piątek 2025-10-31		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g , Salátka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, kakao bez cukru 250ml (2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, Surówka z kapusty kisz 120g*, pomarańcza 1 szt, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , ogórek konserwowy 100g*, szynka piastowska 50g(8), roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> Biszkopt bez cukru 30g (1,3),	<b>Posiłek nocny:</b> sok warzywny 300ml 1 szt. , Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2555.27 kcal; Białko ogółem: 110.63 g; Tłuszcz: 68.67 g; Węglowodany ogółem: 376.39 g; Sól: 4.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.50 g; suma cukrów prostych: 87.27 g; Błonnik pokarmowy: 33.18 g;

piątek 2025-10-31		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 30g. (2), dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sok owocowy 100% 200ml. 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3086.63 kcal; Białko ogółem: 146.13 g; Tłuszcz: 76.53 g; Węglowodany ogółem: 458.46 g; Sól: 3.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.02 g; suma cukrów prostych: 181.22 g; Błonnik pokarmowy: 31.51 g;

piątek 2025-10-31		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
kakao 250ml (1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ryż na mleku 350 ml*(2), miód 1 szt.(25g), dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), Banan 1 szt, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Biszkopt bez cukru 30g (1,3),	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sok owocowy 100% 200ml. 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2911.63 kcal; Białko ogółem: 117.15 g; Tłuszcz: 63.29 g; Węglowodany ogółem: 478.28 g; Sól: 2.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.91 g; suma cukrów prostych: 202.93 g; Błonnik pokarmowy: 31.31 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-11-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Salátka z ogórka i roszponki z pestkami dyni 100g*, kasza manna na mleku 350ml (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Kompot z owoców mroż. 250ml*, fasolka szparagowa z bulką tartą 120g(1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g, rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, salátka z ryżu, kurczaka, szpinaku, marchewki i papryki 100g (13),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2749.24 kcal; Białko ogółem: 115.58 g; Tłuszcz: 115.11 g; Węglowodany ogółem: 314.41 g; Sól: 3.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.66 g; suma cukrów prostych: 60.15 g; Błonnik pokarmowy: 25.81 g;

<b>sobota 2025-11-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Salátka z rzodkiewki i roszponki z nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, salátka z ryżu, kurczaka, szpinaku, marchewki i papryki 100g (13),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2620.69 kcal; Białko ogółem: 113.59 g; Tłuszcz: 106.11 g; Węglowodany ogółem: 308.18 g; Sól: 2.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.97 g; suma cukrów prostych: 62.55 g; Błonnik pokarmowy: 24.74 g;

<b>sobota 2025-11-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Salátka z rzodkiewki i roszponki z nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 200g*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, salátka z ryżu, kurczaka, szpinaku, marchewki i papryki 100g (13),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2634.39 kcal; Białko ogółem: 127.01 g; Tłuszcz: 92.80 g; Węglowodany ogółem: 331.15 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.82 g; suma cukrów prostych: 86.85 g; Błonnik pokarmowy: 24.68 g;

<b>sobota 2025-11-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, salátka z ryżu, kurczaka, szpinaku, marchewki i papryki 100g (13),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2313.31 kcal; Białko ogółem: 119.65 g; Tłuszcz: 53.90 g; Węglowodany ogółem: 345.18 g; Sól: 4.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.84 g; suma cukrów prostych: 88.13 g; Błonnik pokarmowy: 24.11 g;

<b>sobota 2025-11-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 200g*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog. naturalny 70g. (2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, salátka z ryżu, kurczaka, szpinaku, marchewki i papryki 100g (13),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2508.41 kcal; Białko ogółem: 111.04 g; Tłuszcz: 79.63 g; Węglowodany ogółem: 344.95 g; Sól: 3.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.54 g; suma cukrów prostych: 85.58 g; Błonnik pokarmowy: 24.88 g;

<b>sobota 2025-11-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Salátka z rzodkiewki i roszponki z nasionami słonecznika 100g*, serek homog. naturalny 70g. (2), kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 200g*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek wiejski 70g (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, salátka z ryżu, kurczaka, szpinaku, marchewki i papryki 100g (13),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2824.74 kcal; Białko ogółem: 131.09 g; Tłuszcz: 116.82 g; Węglowodany ogółem: 317.58 g; Sól: 3.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.35 g; suma cukrów prostych: 71.25 g; Błonnik pokarmowy: 24.74 g;

<b>sobota 2025-11-01</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata 250g, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 250g,

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*
--	--	---------------------------------------------

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2155.65 kcal; Białko ogółem: 81.89 g; Tłuszcz: 59.01 g; Węglowodany ogółem: 334.16 g; Sól: 1.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.54 g; suma cukrów prostych: 79.06 g; Błonnik pokarmowy: 29.13 g;

sobota 2025-11-01 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, Masło 15g*(2), bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaki 200g*	Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2035.70 kcal; Białko ogółem: 86.92 g; Tłuszcz: 84.17 g; Węglowodany ogółem: 228.87 g; Sól: 1.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.90 g; suma cukrów prostych: 104.78 g; Błonnik pokarmowy: 15.44 g;

sobota 2025-11-01 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), kasza manna na mleku 350ml (1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2128.50 kcal; Białko ogółem: 90.27 g; Tłuszcz: 65.99 g; Węglowodany ogółem: 296.13 g; Sól: 2.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.11 g; suma cukrów prostych: 120.52 g; Błonnik pokarmowy: 22.89 g;

sobota 2025-11-01 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Sałatka z ogórka i rosponki z pestkami dyni 100g*	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, jabłko deserowe 1 szt. , Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 200g*	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i papryki 100g (13),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2654.26 kcal; Białko ogółem: 107.52 g; Tłuszcz: 114.37 g; Węglowodany ogółem: 304.30 g; Sól: 3.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.28 g; suma cukrów prostych: 58.17 g; Błonnik pokarmowy: 34.96 g;

sobota 2025-11-01 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Sałatka z rzodkiewki i roszonek z nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sałata 10g, bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 200g*, Udko gotowane 1szt 200g,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i papryki 100g (13),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2651.29 kcal; Białko ogółem: 118.53 g; Tłuszcz: 106.75 g; Węglowodany ogółem: 313.36 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.56 g; suma cukrów prostych: 36.03 g; Błonnik pokarmowy: 33.83 g;

sobota 2025-11-01 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), Sałatka z rzodkiewki i roszonek z nasionami słonecznika 100g*, wafle ryżowe 60g(9), Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, jabłko deserowe 1 szt. , Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2113.74 kcal; Białko ogółem: 88.63 g; Tłuszcz: 71.78 g; Węglowodany ogółem: 282.51 g; Sól: 3.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.46 g; suma cukrów prostych: 71.94 g; Błonnik pokarmowy: 22.57 g;

sobota 2025-11-01 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Sałatka z rzodkiewki i roszonek z nasionami słonecznika 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Ryżowa 350ml*( 8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 200g*, Filet z kurczaka gotowany 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 60g , pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i papryki 100g (13),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2142.80 kcal; Białko ogółem: 95.05 g; Tłuszcz: 58.56 g; Węglowodany ogółem: 311.25 g; Sól: 3.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.55 g; suma cukrów prostych: 47.69 g; Błonnik pokarmowy: 24.88 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-11-01			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), rzodkiewka 100g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), rozspanka 5g,		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 200g*, Udko gotowane 1szt 200g,		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku, marchewki i papryki 100g (13),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2308.49 kcal; Białko ogółem: 111.40 g; Tłuszcz: 73.01 g; Węglowodany ogółem: 307.15 g; Sól: 2.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.77 g; suma cukrów prostych: 62.57 g; Błonnik pokarmowy: 25.39 g;

sobota 2025-11-01			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), Sałatka z rzodkiewki i rozspanki z nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350ml (1,2),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g, Jajko sadzone 1szt*(3), ziemniaki 200g*,		Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: gruszka 1 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2563.54 kcal; Białko ogółem: 99.57 g; Tłuszcz: 91.49 g; Węglowodany ogółem: 339.57 g; Sól: 3.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.77 g; suma cukrów prostych: 101.52 g; Błonnik pokarmowy: 26.86 g;

sobota 2025-11-01			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g, szynka piastowska 50g(8), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Sałatka z ogórka i rozspanki z pestkami dyni 100g*, kasza manna na mleku 350ml (1,2),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, jabłko deserowe 1 szt., surówka z marchewki z jabłkiem 120g, ziemniaki 200g*,		herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),		Podwieczorek: kisiel b/c 250g,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku, marchewki i papryki 100g (13),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2587.51 kcal; Białko ogółem: 110.35 g; Tłuszcz: 95.76 g; Węglowodany ogółem: 326.91 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.73 g; suma cukrów prostych: 73.46 g; Błonnik pokarmowy: 28.37 g;

sobota 2025-11-01			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Sałatka z rzodkiewki i rozspanki z nasionami słonecznika 100g*, serek wiejski 200g (2) 1szt., kasza manna na mleku 350ml (1,2),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 200g*,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,	
		Podwieczorek: gruszka 1 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku, marchewki i papryki 100g (13),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3205.94 kcal; Białko ogółem: 153.67 g; Tłuszcz: 134.42 g; Węglowodany ogółem: 340.34 g; Sól: 4.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.20 g; suma cukrów prostych: 86.88 g; Błonnik pokarmowy: 26.73 g;

sobota 2025-11-01			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), Sałatka z rzodkiewki i rozspanki z nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350ml (1,2),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, brokuly z wody 120 g, ziemniaki 200g*, Udko gotowane 1szt 200g,		Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony talarki 100g,	
		Podwieczorek: gruszka 1 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku, marchewki i papryki 100g (13),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2685.59 kcal; Białko ogółem: 122.18 g; Tłuszcz: 109.85 g; Węglowodany ogółem: 310.40 g; Sól: 2.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.08 g; suma cukrów prostych: 58.60 g; Błonnik pokarmowy: 25.57 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-11-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), papryka św. 100g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka panier. 100g*(1,3,13), Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250 g, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2559.53 kcal; Białko ogółem: 112.46 g; Tłuszcz: 76.14 g; Węglowodany ogółem: 364.88 g; Sól: 2.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.53 g; suma cukrów prostych: 120.22 g; Błonnik pokarmowy: 38.27 g;

<b>niedziela 2025-11-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, galaretki 250g, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2243.35 kcal; Białko ogółem: 116.70 g; Tłuszcz: 60.12 g; Węglowodany ogółem: 319.44 g; Sól: 2.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.58 g; suma cukrów prostych: 96.46 g; Błonnik pokarmowy: 31.78 g;

<b>niedziela 2025-11-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki b/soli 200g m, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2214.00 kcal; Białko ogółem: 109.88 g; Tłuszcz: 65.70 g; Węglowodany ogółem: 297.50 g; Sól: 2.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.04 g; suma cukrów prostych: 108.45 g; Błonnik pokarmowy: 33.82 g;

<b>niedziela 2025-11-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2280.94 kcal; Białko ogółem: 92.26 g; Tłuszcz: 75.41 g; Węglowodany ogółem: 315.16 g; Sól: 2.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.72 g; suma cukrów prostych: 104.76 g; Błonnik pokarmowy: 33.17 g;

<b>niedziela 2025-11-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), ogórek zielony talarci 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2162.31 kcal; Białko ogółem: 88.29 g; Tłuszcz: 72.02 g; Węglowodany ogółem: 298.93 g; Sól: 1.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.10 g; suma cukrów prostych: 85.27 g; Błonnik pokarmowy: 35.70 g;

<b>niedziela 2025-11-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, serek wiejski 70g (2), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2398.80 kcal; Białko ogółem: 131.98 g; Tłuszcz: 66.98 g; Węglowodany ogółem: 325.23 g; Sól: 2.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.20 g; suma cukrów prostych: 111.54 g; Błonnik pokarmowy: 35.74 g;

<b>niedziela 2025-11-02</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Jadłospisy dla oddziałów**

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2053.86 kcal; Białko ogółem: 80.31 g; Tłuszcz: 57.77 g; Węglowodany ogółem: 314.36 g; Sól: 1.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.19 g; suma cukrów prostych: 90.95 g; Błonnik pokarmowy: 31.00 g;

niedziela 2025-11-02 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2401.99 kcal; Białko ogółem: 99.02 g; Tłuszcz: 97.55 g; Węglowodany ogółem: 277.18 g; Sól: 1.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.37 g; suma cukrów prostych: 128.24 g; Błonnik pokarmowy: 21.90 g;

niedziela 2025-11-02 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2368.97 kcal; Białko ogółem: 107.32 g; Tłuszcz: 70.86 g; Węglowodany ogółem: 329.01 g; Sól: 2.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.07 g; suma cukrów prostych: 114.45 g; Błonnik pokarmowy: 35.75 g;

niedziela 2025-11-02 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, papryka św. 100g , rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska120g,(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., Sos koperkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	<b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2245.35 kcal; Białko ogółem: 111.67 g; Tłuszcz: 56.48 g; Węglowodany ogółem: 336.09 g; Sól: 2.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.95 g; suma cukrów prostych: 71.97 g; Błonnik pokarmowy: 43.92 g;

niedziela 2025-11-02 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki 200g* (2), surówka bułgarska120g,(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2581.15 kcal; Białko ogółem: 127.77 g; Tłuszcz: 62.26 g; Węglowodany ogółem: 389.48 g; Sól: 2.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.75 g; suma cukrów prostych: 108.90 g; Błonnik pokarmowy: 42.36 g;

niedziela 2025-11-02 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml,(2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki 200g*, buraczki gotowane b/mąki 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Ser żółty 50g(2), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1800.83 kcal; Białko ogółem: 86.91 g; Tłuszcz: 55.19 g; Węglowodany ogółem: 246.01 g; Sól: 3.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.08 g; suma cukrów prostych: 85.29 g; Błonnik pokarmowy: 22.91 g;

niedziela 2025-11-02 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , margaryna roślinna 10g 1szt., filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g, dżem 25g - 1 szt.,	Pomidorowa z ryżem b/mleka 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane b/mleka 120g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , polędwica sopocka 50g(1,8), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1814.82 kcal; Białko ogółem: 82.66 g; Tłuszcz: 18.29 g; Węglowodany ogółem: 327.20 g; Sól: 5.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 4.79 g; suma cukrów prostych: 107.82 g; Błonnik pokarmowy: 28.06 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-11-02			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , margaryna roślinna 10g 1szt., filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, roszonek 5g ,			
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2042.90 kcal; Białko ogółem: 114.23 g; Tłuszcz: 37.40 g; Węglowodany ogółem: 320.58 g; Sól: 2.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.52 g; suma cukrów prostych: 107.62 g; Błonnik pokarmowy: 35.74 g;

niedziela 2025-11-02			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Risotto jarskie 250g (8,11,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Ser topiony 50g* (2), roszonek 5g ,			
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2095.24 kcal; Białko ogółem: 59.98 g; Tłuszcz: 64.50 g; Węglowodany ogółem: 320.24 g; Sól: 1.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.10 g; suma cukrów prostych: 101.53 g; Błonnik pokarmowy: 35.49 g;

niedziela 2025-11-02			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, papryka św. 100g , rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, gruszka 1 szt., Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, margaryna roślinna lactima 10g , roszonek 5g ,			
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	<b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2415.98 kcal; Białko ogółem: 124.64 g; Tłuszcz: 52.96 g; Węglowodany ogółem: 370.27 g; Sól: 2.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.82 g; suma cukrów prostych: 128.31 g; Błonnik pokarmowy: 39.70 g;

niedziela 2025-11-02			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kawa z mlekiem 250g (1,2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, ser żółty 60g (2),			
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2695.10 kcal; Białko ogółem: 143.48 g; Tłuszcz: 91.27 g; Węglowodany ogółem: 322.08 g; Sól: 3.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.42 g; suma cukrów prostych: 107.89 g; Błonnik pokarmowy: 35.74 g;

niedziela 2025-11-02			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, ogórek zielony talarki 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*,			
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2136.31 kcal; Białko ogółem: 110.27 g; Tłuszcz: 53.03 g; Węglowodany ogółem: 312.38 g; Sól: 1.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.90 g; suma cukrów prostych: 96.10 g; Błonnik pokarmowy: 35.51 g;

Dietetyk

.....