

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-11-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Grochowa z ziem. 350ml. (1,8,13), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2816.16 kcal; Białko ogółem: 119.99 g; Tłuszcz: 83.94 g; Węglowodany ogółem: 407.24 g; Sól: 3.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.15 g; suma cukrów prostych: 94.94 g; Błonnik pokarmowy: 33.74 g;

<b>poniedziałek 2025-11-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2429.20 kcal; Białko ogółem: 102.30 g; Tłuszcz: 73.68 g; Węglowodany ogółem: 345.37 g; Sól: 2.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.49 g; suma cukrów prostych: 81.40 g; Błonnik pokarmowy: 21.78 g;

<b>poniedziałek 2025-11-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2549.70 kcal; Białko ogółem: 115.95 g; Tłuszcz: 78.93 g; Węglowodany ogółem: 349.92 g; Sól: 2.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.47 g; suma cukrów prostych: 84.97 g; Błonnik pokarmowy: 21.78 g;

<b>poniedziałek 2025-11-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rozszponka 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2436.27 kcal; Białko ogółem: 99.20 g; Tłuszcz: 78.06 g; Węglowodany ogółem: 342.81 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.56 g; suma cukrów prostych: 77.40 g; Błonnik pokarmowy: 26.06 g;

<b>poniedziałek 2025-11-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2517.74 kcal; Białko ogółem: 106.40 g; Tłuszcz: 80.05 g; Węglowodany ogółem: 348.81 g; Sól: 1.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.39 g; suma cukrów prostych: 83.92 g; Błonnik pokarmowy: 21.39 g;

<b>poniedziałek 2025-11-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2853.50 kcal; Białko ogółem: 129.18 g; Tłuszcz: 101.27 g; Węglowodany ogółem: 351.26 g; Sól: 2.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.23 g; suma cukrów prostych: 85.04 g; Błonnik pokarmowy: 21.78 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-11-03		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV
kasza kukurydziana na ml,jajo,maslo 350ml, Herbata z cukrem 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), kompot z owoców 250ml, Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2254.25 kcal; Białko ogółem: 91.39 g; Tłuszcz: 83.67 g; Węglowodany ogółem: 289.33 g; Sól: 3.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.53 g; suma cukrów prostych: 71.21 g; Błonnik pokarmowy: 22.70 g;

poniedziałek 2025-11-03		Jadłospis dla diety: Płynna XIII
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,maslo 350ml,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1938.63 kcal; Białko ogółem: 84.10 g; Tłuszcz: 80.87 g; Węglowodany ogółem: 219.59 g; Sól: 3.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.83 g; suma cukrów prostych: 71.17 g; Błonnik pokarmowy: 14.43 g;

poniedziałek 2025-11-03		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Napój roślinny 330g*,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2721.97 kcal; Białko ogółem: 104.44 g; Tłuszcz: 71.07 g; Węglowodany ogółem: 403.23 g; Sól: 2.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.30 g; suma cukrów prostych: 85.48 g; Błonnik pokarmowy: 29.88 g;

poniedziałek 2025-11-03		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), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, pomarańcza 1 szt, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka konserwowa 50g (8), herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> podplomyki b/c 2szt.15g (1),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2143.42 kcal; Białko ogółem: 100.74 g; Tłuszcz: 74.84 g; Węglowodany ogółem: 272.92 g; Sól: 2.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.21 g; suma cukrów prostych: 53.03 g; Błonnik pokarmowy: 26.50 g;

poniedziałek 2025-11-03		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Sałata 10g, makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2),	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2357.45 kcal; Białko ogółem: 114.88 g; Tłuszcz: 73.22 g; Węglowodany ogółem: 312.29 g; Sól: 1.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.57 g; suma cukrów prostych: 55.74 g; Błonnik pokarmowy: 22.37 g;

poniedziałek 2025-11-03		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	ziemniaczana b-maki350ml.(2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

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

poniedziałek 2025-11-03		Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM
Napój roślinny 330g*, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 50g*, margaryna roślinna lactima 10g , Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

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

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-11-03			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), margaryna roślinna 10g 1szt., Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*		Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),		Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2264.50 kcal; Białko ogółem: 106.82 g; Tłuszcz: 52.35 g; Węglowodany ogółem: 347.58 g; Sól: 2.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.60 g; suma cukrów prostych: 83.36 g; Błonnik pokarmowy: 21.78 g;

poniedziałek 2025-11-03			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*		Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),		Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2506.60 kcal; Białko ogółem: 115.05 g; Tłuszcz: 81.82 g; Węglowodany ogółem: 333.28 g; Sól: 2.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.22 g; suma cukrów prostych: 69.06 g; Błonnik pokarmowy: 21.21 g;

poniedziałek 2025-11-03			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka piastowska 50g(8), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*		Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt, makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2),		herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), margaryna roślinna lactima 10g (2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,	
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,		Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt. 15g (1),		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2381.77 kcal; Białko ogółem: 115.43 g; Tłuszcz: 69.38 g; Węglowodany ogółem: 328.24 g; Sól: 3.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.33 g; suma cukrów prostych: 73.92 g; Błonnik pokarmowy: 22.74 g;

poniedziałek 2025-11-03			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), serek homog. nat. 60g.(2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*		Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),		Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), twaróg krajanka 70g (2), polędwica sopočka 50g(1,8), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2985.50 kcal; Białko ogółem: 148.75 g; Tłuszcz: 103.64 g; Węglowodany ogółem: 352.99 g; Sól: 2.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.44 g; suma cukrów prostych: 98.09 g; Błonnik pokarmowy: 21.52 g;

poniedziałek 2025-11-03			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*		Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),		Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2353.30 kcal; Białko ogółem: 101.03 g; Tłuszcz: 71.79 g; Węglowodany ogółem: 332.04 g; Sól: 1.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.46 g; suma cukrów prostych: 79.44 g; Błonnik pokarmowy: 21.42 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2025-11-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), rosółka 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ryż biały 200g*, surówka z kap. pekińskiej 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka duszony 80g, sos curry 100ml ,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), rosółka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2730.47 kcal; Białko ogółem: 121.91 g; Tłuszcz: 75.91 g; Węglowodany ogółem: 397.69 g; Sól: 4.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.26 g; suma cukrów prostych: 134.27 g; Błonnik pokarmowy: 32.54 g;

<b>wtorek 2025-11-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rosółka 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ryż biały 200g*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, sos dyniowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rosółka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2639.81 kcal; Białko ogółem: 118.87 g; Tłuszcz: 72.87 g; Węglowodany ogółem: 377.93 g; Sól: 2.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.03 g; suma cukrów prostych: 121.33 g; Błonnik pokarmowy: 23.71 g;

<b>wtorek 2025-11-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, rosółka 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, sos dyniowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rosółka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2592.07 kcal; Białko ogółem: 114.29 g; Tłuszcz: 70.80 g; Węglowodany ogółem: 383.09 g; Sól: 2.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.17 g; suma cukrów prostych: 109.86 g; Błonnik pokarmowy: 32.42 g;

<b>wtorek 2025-11-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rosółka 5g ,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos dyniowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rosółka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2524.67 kcal; Białko ogółem: 105.43 g; Tłuszcz: 63.18 g; Węglowodany ogółem: 391.28 g; Sól: 2.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.23 g; suma cukrów prostych: 109.38 g; Błonnik pokarmowy: 30.25 g;

<b>wtorek 2025-11-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rosółka 5g ,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sałata zielona z sosem winegret 80g, sos dyniowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rosółka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2523.67 kcal; Białko ogółem: 105.53 g; Tłuszcz: 63.18 g; Węglowodany ogółem: 391.58 g; Sól: 2.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.23 g; suma cukrów prostych: 108.38 g; Błonnik pokarmowy: 31.55 g;

<b>wtorek 2025-11-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rosółka 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, sos dyniowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), polędwica sopočka 50g(1,8), pomidor 100g, rosółka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2898.97 kcal; Białko ogółem: 140.09 g; Tłuszcz: 79.70 g; Węglowodany ogółem: 407.22 g; Sól: 2.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.92 g; suma cukrów prostych: 132.34 g; Błonnik pokarmowy: 32.42 g;

<b>wtorek 2025-11-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2328.44 kcal; Białko ogółem: 108.49 g; Tłuszcz: 70.94 g; Węglowodany ogółem: 320.38 g; Sól: 2.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.85 g; suma cukrów prostych: 90.98 g; Błonnik pokarmowy: 30.88 g;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2107.01 kcal; Białko ogółem: 85.22 g; Tłuszcz: 72.70 g; Węglowodany ogółem: 271.86 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.62 g; suma cukrów prostych: 112.29 g; Błonnik pokarmowy: 18.96 g;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Mus warzywno-owocowy 100g*, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2435.09 kcal; Białko ogółem: 94.44 g; Tłuszcz: 79.75 g; Węglowodany ogółem: 329.56 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.04 g; suma cukrów prostych: 134.62 g; Błonnik pokarmowy: 27.87 g;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), roszponka 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., Filet z kurczaka gotowany 80g, sos dyniowy 100ml (1,2),	herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), roszponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2288.75 kcal; Białko ogółem: 112.96 g; Tłuszcz: 78.10 g; Węglowodany ogółem: 292.48 g; Sól: 2.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.06 g; suma cukrów prostych: 70.75 g; Błonnik pokarmowy: 31.95 g;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , roszponka 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, sos dyniowy 100ml (1,2),	herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> kiwi 1szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2314.92 kcal; Białko ogółem: 115.18 g; Tłuszcz: 68.90 g; Węglowodany ogółem: 316.07 g; Sól: 2.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.70 g; suma cukrów prostych: 69.54 g; Błonnik pokarmowy: 32.09 g;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), ziemniaki 200g*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, twarożek 70g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1969.69 kcal; Białko ogółem: 84.46 g; Tłuszcz: 59.47 g; Węglowodany ogółem: 281.90 g; Sól: 1.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.21 g; suma cukrów prostych: 105.25 g; Błonnik pokarmowy: 24.57 g;

wtorek 2025-11-04 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Napój roślinny 330g*, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	barszcz czerwony z ziemniakami 350ml b/ml (1,8,13), ziemniaki 200g*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 50g*, margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2317.74 kcal; Białko ogółem: 88.33 g; Tłuszcz: 43.69 g; Węglowodany ogółem: 377.48 g; Sól: 2.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.51 g; suma cukrów prostych: 127.48 g; Błonnik pokarmowy: 32.88 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-11-04		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, sos dyniowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2642.07 kcal; Białko ogółem: 122.65 g; Tłuszcz: 62.93 g; Węglowodany ogółem: 405.08 g; Sól: 2.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.00 g; suma cukrów prostych: 131.88 g; Błonnik pokarmowy: 32.42 g;

wtorek 2025-11-04		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Sałata z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), Masło 20g* (2), roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, kaszotto jarskie dieta 300g(1,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g, sos dyniowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2678.93 kcal; Białko ogółem: 99.62 g; Tłuszcz: 87.40 g; Węglowodany ogółem: 383.25 g; Sól: 3.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.98 g; suma cukrów prostych: 135.34 g; Błonnik pokarmowy: 35.24 g;

wtorek 2025-11-04		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałata z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ryż biały 200g*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., Filet z kurczaka gotowany 80g, sos dyniowy 100ml (1,2),	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, margaryna roślinna lactima 10g (2), roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2568.74 kcal; Białko ogółem: 131.02 g; Tłuszcz: 73.23 g; Węglowodany ogółem: 352.75 g; Sól: 3.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.42 g; suma cukrów prostych: 85.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.13 g;

wtorek 2025-11-04		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, sos dyniowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), twarożek 1 szt. (2) , Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3081.17 kcal; Białko ogółem: 141.31 g; Tłuszcz: 97.10 g; Węglowodany ogółem: 407.82 g; Sól: 2.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.12 g; suma cukrów prostych: 131.78 g; Błonnik pokarmowy: 32.42 g;

wtorek 2025-11-04		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, sos dyniowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2697.57 kcal; Białko ogółem: 120.40 g; Tłuszcz: 70.05 g; Węglowodany ogółem: 404.87 g; Sól: 2.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.57 g; suma cukrów prostych: 130.69 g; Błonnik pokarmowy: 32.42 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2025-11-05</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), Sałatka z rzodkiewki i roszponki z nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Makaron z mięsem drobiowym i suszonymi pomidorami (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ogórek kiszony 100g, ser żółty 60g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> śliwki 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, podpiłomyki b/c 2szt.15g (1), galaretki 250g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2639.39 kcal; Białko ogółem: 108.68 g; Tłuszcz: 104.42 g; Węglowodany ogółem: 327.95 g; Sól: 4.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.80 g; suma cukrów prostych: 69.38 g; Błonnik pokarmowy: 26.38 g;

<b>środa 2025-11-05</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), Sałatka z pomidorem, sałata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), makaron 200g (1,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, podpiłomyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2589.57 kcal; Białko ogółem: 100.96 g; Tłuszcz: 93.46 g; Węglowodany ogółem: 344.41 g; Sól: 2.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.93 g; suma cukrów prostych: 77.30 g; Błonnik pokarmowy: 33.71 g;

<b>środa 2025-11-05</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), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, podpiłomyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2364.42 kcal; Białko ogółem: 106.07 g; Tłuszcz: 65.92 g; Węglowodany ogółem: 345.85 g; Sól: 2.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.91 g; suma cukrów prostych: 84.05 g; Błonnik pokarmowy: 34.24 g;

<b>środa 2025-11-05</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 krajanka 70g (2), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g,	Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, podpiłomyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g,

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

<b>środa 2025-11-05</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 70g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, podpiłomyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g,

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

<b>środa 2025-11-05</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), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), makaron 200g (1,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), rzodkiewka 100g, twarózek 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, podpiłomyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2561.22 kcal; Białko ogółem: 123.67 g; Tłuszcz: 77.89 g; Węglowodany ogółem: 349.04 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.12 g; suma cukrów prostych: 85.40 g; Błonnik pokarmowy: 31.76 g;

<b>środa 2025-11-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata 250g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g,

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1841.08 kcal; Białko ogółem: 85.22 g; Tłuszcz: 67.79 g; Węglowodany ogółem: 223.82 g; Sól: 3.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.13 g; suma cukrów prostych: 73.49 g; Błonnik pokarmowy: 22.82 g;		
<b>środa 2025-11-05 Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1556.36 kcal; Białko ogółem: 70.60 g; Tłuszcz: 67.79 g; Węglowodany ogółem: 156.87 g; Sól: 3.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.14 g; suma cukrów prostych: 81.58 g; Błonnik pokarmowy: 13.27 g;		
<b>środa 2025-11-05 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Napój roślinny 330g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), marchew gotowana 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2154.03 kcal; Białko ogółem: 81.91 g; Tłuszcz: 62.43 g; Węglowodany ogółem: 295.72 g; Sól: 4.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.59 g; suma cukrów prostych: 102.75 g; Błonnik pokarmowy: 24.23 g;		
<b>środa 2025-11-05 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
herbata bez cukru 250ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i roszponki z nasionami słonecznika 100g*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), mandarynka 1 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, ogórek kiszony 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1981.21 kcal; Białko ogółem: 81.18 g; Tłuszcz: 91.83 g; Węglowodany ogółem: 211.47 g; Sól: 4.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.25 g; suma cukrów prostych: 25.41 g; Błonnik pokarmowy: 25.88 g;		
<b>środa 2025-11-05 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
herbata bez cukru 250ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twarózek 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2085.63 kcal; Białko ogółem: 86.31 g; Tłuszcz: 64.39 g; Węglowodany ogółem: 298.56 g; Sól: 1.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.38 g; suma cukrów prostych: 77.30 g; Błonnik pokarmowy: 33.74 g;		
<b>środa 2025-11-05 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, roszponka 5g ,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka 100g, twarózek 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1755.35 kcal; Białko ogółem: 81.92 g; Tłuszcz: 56.25 g; Węglowodany ogółem: 236.56 g; Sól: 2.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.78 g; suma cukrów prostych: 82.21 g; Błonnik pokarmowy: 22.72 g;		
<b>środa 2025-11-05 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 , schab na kartki 50g*, pomidor 100g, Napój roślinny 330g*,	Koperkowa z ziemniakami b/ml 350ml (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, filet pieczony z indyka 40g , roszponka 5g , rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2020.72 kcal; Białko ogółem: 78.83 g; Tłuszcz: 42.74 g; Węglowodany ogółem: 315.38 g; Sól: 2.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.42 g; suma cukrów prostych: 75.92 g; Błonnik pokarmowy: 34.30 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-11-05 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), makaron 200g (1,3),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, twarożek 70g (2), roszponka 5g , rukola 5g,
	<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]: 2375.22 kcal; Białko ogółem: 109.66 g; Tłuszcz: 64.66 g; Węglowodany ogółem: 346.34 g; Sól: 2.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.77 g; suma cukrów prostych: 83.02 g; Błonnik pokarmowy: 31.76 g;

środa 2025-11-05 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ryż z jabłkami 350g.*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<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]: 2315.45 kcal; Białko ogółem: 89.12 g; Tłuszcz: 58.23 g; Węglowodany ogółem: 364.67 g; Sól: 2.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.69 g; suma cukrów prostych: 96.55 g; Błonnik pokarmowy: 31.94 g;

środa 2025-11-05 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
herbata bez cukru 250ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Sałatka z rzodkiewki i roszponki z nasionami słonecznika 100g*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), mandarynka 1 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), makaron 200g (1,3),	herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, ogórek kiszony 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2011.01 kcal; Białko ogółem: 80.96 g; Tłuszcz: 88.68 g; Węglowodany ogółem: 222.57 g; Sól: 3.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.92 g; suma cukrów prostych: 32.28 g; Błonnik pokarmowy: 28.08 g;

środa 2025-11-05 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), makaron 200g (1,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), rzodkiewka 100g, twarożek 70g (2), rukola 5g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> podpiomyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3008.22 kcal; Białko ogółem: 152.97 g; Tłuszcz: 101.19 g; Węglowodany ogółem: 367.94 g; Sól: 2.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.40 g; suma cukrów prostych: 102.60 g; Błonnik pokarmowy: 31.86 g;

środa 2025-11-05 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), makaron 200g (1,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, twarożek 70g (2), roszponka 5g , rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> podpiomyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2424.02 kcal; Białko ogółem: 95.95 g; Tłuszcz: 77.19 g; Węglowodany ogółem: 344.14 g; Sól: 2.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.72 g; suma cukrów prostych: 81.06 g; Błonnik pokarmowy: 31.76 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-11-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Masło 20g* (2), papryka z rozspanką 105g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kotlet schabowy - 100g (1,3), Ziemniaki 200g*, Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2780.37 kcal; Białko ogółem: 97.08 g; Tłuszcz: 99.80 g; Węglowodany ogółem: 378.47 g; Sól: 3.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.08 g; suma cukrów prostych: 88.91 g; Błonnik pokarmowy: 30.59 g;

<b>czwartek 2025-11-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2378.27 kcal; Białko ogółem: 100.17 g; Tłuszcz: 63.96 g; Węglowodany ogółem: 353.62 g; Sól: 2.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.67 g; suma cukrów prostych: 85.84 g; Błonnik pokarmowy: 28.51 g;

<b>czwartek 2025-11-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2454.36 kcal; Białko ogółem: 114.18 g; Tłuszcz: 64.61 g; Węglowodany ogółem: 363.56 g; Sól: 2.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.66 g; suma cukrów prostych: 93.50 g; Błonnik pokarmowy: 28.14 g;

<b>czwartek 2025-11-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 90g*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2340.06 kcal; Białko ogółem: 102.50 g; Tłuszcz: 58.10 g; Węglowodany ogółem: 360.67 g; Sól: 2.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.13 g; suma cukrów prostych: 92.26 g; Błonnik pokarmowy: 26.84 g;

<b>czwartek 2025-11-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 90g*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), rukola 5g, rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2431.46 kcal; Białko ogółem: 115.69 g; Tłuszcz: 61.39 g; Węglowodany ogółem: 363.56 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.09 g; suma cukrów prostych: 93.50 g; Błonnik pokarmowy: 28.14 g;

<b>czwartek 2025-11-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2543.87 kcal; Białko ogółem: 124.99 g; Tłuszcz: 66.06 g; Węglowodany ogółem: 365.48 g; Sól: 2.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.65 g; suma cukrów prostych: 97.08 g; Błonnik pokarmowy: 28.51 g;

<b>czwartek 2025-11-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2396.82 kcal; Białko ogółem: 94.26 g; Tłuszcz: 85.18 g; Węglowodany ogółem: 321.46 g; Sól: 2.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.66 g; suma cukrów prostych: 79.16 g; Błonnik pokarmowy: 27.14 g;

czwartek 2025-11-06 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2166.16 kcal; Białko ogółem: 82.25 g; Tłuszcz: 83.14 g; Węglowodany ogółem: 268.54 g; Sól: 1.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.54 g; suma cukrów prostych: 104.68 g; Błonnik pokarmowy: 15.48 g;

czwartek 2025-11-06 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Masło 20g* (2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2424.91 kcal; Białko ogółem: 101.34 g; Tłuszcz: 68.31 g; Węglowodany ogółem: 355.95 g; Sól: 2.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.16 g; suma cukrów prostych: 97.79 g; Błonnik pokarmowy: 28.14 g;

czwartek 2025-11-06 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata b/cukru 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka z rozspanką 105g,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , Sos koperkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 150ml ,	<b>Podwieczorek:</b> podpiłomyki b/c 2szt.15g (1),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2183.62 kcal; Białko ogółem: 85.67 g; Tłuszcz: 68.45 g; Węglowodany ogółem: 315.41 g; Sól: 2.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.27 g; suma cukrów prostych: 55.83 g; Błonnik pokarmowy: 36.84 g;

czwartek 2025-11-06 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2183.72 kcal; Białko ogółem: 93.04 g; Tłuszcz: 62.94 g; Węglowodany ogółem: 319.32 g; Sól: 1.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.72 g; suma cukrów prostych: 91.73 g; Błonnik pokarmowy: 26.25 g;

czwartek 2025-11-06 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

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

czwartek 2025-11-06 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2122.67 kcal; Białko ogółem: 82.35 g; Tłuszcz: 43.31 g; Węglowodany ogółem: 353.29 g; Sól: 2.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.10 g; suma cukrów prostych: 78.23 g; Błonnik pokarmowy: 33.54 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-11-06		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2283.47 kcal; Białko ogółem: 100.99 g; Tłuszcz: 52.07 g; Węglowodany ogółem: 362.43 g; Sól: 2.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.50 g; suma cukrów prostych: 94.41 g; Błonnik pokarmowy: 28.51 g;

czwartek 2025-11-06		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2575.32 kcal; Białko ogółem: 111.73 g; Tłuszcz: 71.14 g; Węglowodany ogółem: 374.41 g; Sól: 2.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.47 g; suma cukrów prostych: 107.70 g; Błonnik pokarmowy: 25.72 g;

czwartek 2025-11-06		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), margaryna roślinna lactima 10g (2), papryka z rozszponką 105g,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , Sos koperkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica sopočka 50g(1,8), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 50g (1),
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 150ml ,	<b>Podwieczorek:</b> podpiomyki b/c 2szt.15g (1),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2261.12 kcal; Białko ogółem: 103.21 g; Tłuszcz: 52.97 g; Węglowodany ogółem: 342.15 g; Sól: 2.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.86 g; suma cukrów prostych: 76.26 g; Błonnik pokarmowy: 29.70 g;

czwartek 2025-11-06		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2),., rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), serek homo waniliowy 70g*(2), polędwica sopočka 50g(1,8), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2823.87 kcal; Białko ogółem: 138.99 g; Tłuszcz: 85.46 g; Węglowodany ogółem: 366.68 g; Sól: 3.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.65 g; suma cukrów prostych: 97.08 g; Błonnik pokarmowy: 28.51 g;

czwartek 2025-11-06		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2400.87 kcal; Białko ogółem: 101.13 g; Tłuszcz: 64.95 g; Węglowodany ogółem: 362.68 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.66 g; suma cukrów prostych: 94.62 g; Błonnik pokarmowy: 28.51 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2025-11-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), ser żółty 60g (2), Masło 20g* (2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos grecki 150g (1,2,13)*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wieśniowa 50g (1,2,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Salatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2592.72 kcal; Białko ogółem: 122.24 g; Tłuszcz: 81.01 g; Węglowodany ogółem: 356.52 g; Sól: 4.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.78 g; suma cukrów prostych: 96.97 g; Błonnik pokarmowy: 30.86 g;

<b>piątek 2025-11-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Masło 20g* (2), rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), sos grecki 150g dieta (1), Ziemniaki 200g*, Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wieśniowa 50g (1,2,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Salatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2416.97 kcal; Białko ogółem: 121.43 g; Tłuszcz: 64.80 g; Węglowodany ogółem: 348.52 g; Sól: 4.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.90 g; suma cukrów prostych: 89.25 g; Błonnik pokarmowy: 30.29 g;

<b>piątek 2025-11-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki b/soli 200g m, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wieśniowa 50g (1,2,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Salatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2393.12 kcal; Białko ogółem: 115.33 g; Tłuszcz: 76.23 g; Węglowodany ogółem: 321.42 g; Sól: 3.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.07 g; suma cukrów prostych: 86.66 g; Błonnik pokarmowy: 27.49 g;

<b>piątek 2025-11-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV</b>		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Salatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2392.85 kcal; Białko ogółem: 106.39 g; Tłuszcz: 74.51 g; Węglowodany ogółem: 335.12 g; Sól: 2.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.27 g; suma cukrów prostych: 73.74 g; Błonnik pokarmowy: 29.41 g;

<b>piątek 2025-11-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wieśniowa 50g (1,2,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Salatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2397.32 kcal; Białko ogółem: 99.43 g; Tłuszcz: 77.70 g; Węglowodany ogółem: 336.92 g; Sól: 3.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.55 g; suma cukrów prostych: 71.92 g; Błonnik pokarmowy: 30.79 g;

<b>piątek 2025-11-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wieśniowa 50g (1,2,11,13), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Salatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2630.28 kcal; Białko ogółem: 145.05 g; Tłuszcz: 76.86 g; Węglowodany ogółem: 350.55 g; Sól: 3.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.36 g; suma cukrów prostych: 90.88 g; Błonnik pokarmowy: 29.48 g;

<b>piątek 2025-11-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
kakao 250ml (1,2), Płatki jęczm.na ml.jajo - 500 ml* (1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,	Marchew gotowana 150g*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*,

## Jadłospisy dla oddziałów

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

piątek 2025-11-07 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kakao 250ml (1,2), Płatki jęczm.na ml,jajo - 500 ml* (1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Masło 10g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*,

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

piątek 2025-11-07 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13),
<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2616.27 kcal; Białko ogółem: 106.56 g; Tłuszcz: 90.12 g; Węglowodany ogółem: 351.44 g; Sól: 2.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.06 g; suma cukrów prostych: 92.27 g; Błonnik pokarmowy: 30.16 g;

piątek 2025-11-07 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kakao b/c 250 ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Masło 20g* (2), rukola 5g,	Grysiowa 350ml*(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), sos grecki 150g dieta (1), Ziemniaki 200g*, Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> Wafle ryżowe 20g(9),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2167.01 kcal; Białko ogółem: 111.68 g; Tłuszcz: 60.73 g; Węglowodany ogółem: 306.96 g; Sól: 3.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.08 g; suma cukrów prostych: 56.40 g; Błonnik pokarmowy: 34.65 g;

piątek 2025-11-07 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Grysiowa 350ml*(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g , surówka bułgarska 120g.(3,11,13), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g , papryka św. 100g ,
<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2325.10 kcal; Białko ogółem: 111.84 g; Tłuszcz: 78.12 g; Węglowodany ogółem: 306.74 g; Sól: 2.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.36 g; suma cukrów prostych: 98.34 g; Błonnik pokarmowy: 34.28 g;

piątek 2025-11-07 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, szynka na kartki 50g*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

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

piątek 2025-11-07 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, roszonek 5g ,
<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,

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

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-11-07		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2315.52 kcal; Białko ogółem: 116.69 g; Tłuszcz: 57.08 g; Węglowodany ogółem: 344.79 g; Sól: 3.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.55 g; suma cukrów prostych: 85.83 g; Błonnik pokarmowy: 29.41 g;

piątek 2025-11-07		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Masło 20g* (2), rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2312.08 kcal; Białko ogółem: 105.48 g; Tłuszcz: 57.00 g; Węglowodany ogółem: 355.57 g; Sól: 2.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.14 g; suma cukrów prostych: 104.45 g; Błonnik pokarmowy: 28.84 g;

piątek 2025-11-07		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kakao b/c 250 ml, chleb żytni 1 kromka 35g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, margaryna roślinna lactima 10g , rukola 5g, kajzerka 50g (1),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), sos grecki 150g dieta (1), Ziemniaki 200g*, Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> Wafle ryżowe 20g(9),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2121.71 kcal; Białko ogółem: 114.07 g; Tłuszcz: 48.72 g; Węglowodany ogółem: 318.89 g; Sól: 4.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.63 g; suma cukrów prostych: 57.12 g; Błonnik pokarmowy: 30.89 g;

piątek 2025-11-07		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, ser żółty 60g (2), Masło 20g* (2), rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2976.68 kcal; Białko ogółem: 159.30 g; Tłuszcz: 105.26 g; Węglowodany ogółem: 348.01 g; Sól: 4.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.04 g; suma cukrów prostych: 87.37 g; Błonnik pokarmowy: 29.48 g;

piątek 2025-11-07		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Masło 20g* (2), rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2448.28 kcal; Białko ogółem: 122.30 g; Tłuszcz: 68.81 g; Węglowodany ogółem: 346.00 g; Sól: 3.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.59 g; suma cukrów prostych: 87.31 g; Błonnik pokarmowy: 29.48 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-11-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Sałatka z roszponką,ogórkiem zielonym i nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350ml (1,2), roszponka 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1),	Pieczarkowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kotlet mielony 100 g (1,2), surówka bułgarska120g,(3,11,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Sałatka z łososiem i tołpygą 70g (1,4), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3022.80 kcal; Białko ogółem: 100.95 g; Tłuszcz: 112.14 g; Węglowodany ogółem: 410.25 g; Sól: 4.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.19 g; suma cukrów prostych: 122.28 g; Błonnik pokarmowy: 30.56 g;

<b>sobota 2025-11-08</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), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2670.42 kcal; Białko ogółem: 84.21 g; Tłuszcz: 86.15 g; Węglowodany ogółem: 397.52 g; Sól: 3.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.37 g; suma cukrów prostych: 108.39 g; Błonnik pokarmowy: 30.03 g;

<b>sobota 2025-11-08</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), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2675.72 kcal; Białko ogółem: 90.77 g; Tłuszcz: 82.19 g; Węglowodany ogółem: 398.68 g; Sól: 3.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.03 g; suma cukrów prostych: 110.56 g; Błonnik pokarmowy: 29.97 g;

<b>sobota 2025-11-08</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 manna na mleku 350ml (1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2495.07 kcal; Białko ogółem: 105.57 g; Tłuszcz: 70.23 g; Węglowodany ogółem: 370.49 g; Sól: 2.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.13 g; suma cukrów prostych: 111.52 g; Błonnik pokarmowy: 27.59 g;

<b>sobota 2025-11-08</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 70g (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2623.40 kcal; Białko ogółem: 100.01 g; Tłuszcz: 82.14 g; Węglowodany ogółem: 375.34 g; Sól: 2.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.70 g; suma cukrów prostych: 110.90 g; Błonnik pokarmowy: 26.61 g;

<b>sobota 2025-11-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
herbata 250g -, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3016.17 kcal; Białko ogółem: 119.43 g; Tłuszcz: 104.30 g; Węglowodany ogółem: 396.98 g; Sól: 3.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.76 g; suma cukrów prostych: 107.74 g; Błonnik pokarmowy: 30.03 g;

<b>sobota 2025-11-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2),	Herbata 250g, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuly z wody 150g,

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1956.88 kcal; Białko ogółem: 97.28 g; Tłuszcz: 80.46 g; Węglowodany ogółem: 213.54 g; Sól: 1.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.30 g; suma cukrów prostych: 67.13 g; Błonnik pokarmowy: 15.81 g;

sobota 2025-11-08 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 20g* (2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), brokuły z wody 150g, Jarzynka gotowana 150g*,	Herbata 250g, Płatki jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1985.25 kcal; Białko ogółem: 79.64 g; Tłuszcz: 98.93 g; Węglowodany ogółem: 191.49 g; Sól: 2.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.50 g; suma cukrów prostych: 100.77 g; Błonnik pokarmowy: 16.78 g;

sobota 2025-11-08 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), kasza manna na mleku 350ml (1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2359.27 kcal; Białko ogółem: 92.39 g; Tłuszcz: 81.34 g; Węglowodany ogółem: 315.08 g; Sól: 2.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.34 g; suma cukrów prostych: 115.95 g; Błonnik pokarmowy: 23.83 g;

sobota 2025-11-08 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Sałatka z roszonek, ogórkiem zielonym i nasionami słonecznika 100g*, roszonek 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), kiwi 1szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Sałatka z łososiem i topygą 70g (1,4), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> sok warzywny 150ml ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2493.03 kcal; Białko ogółem: 79.11 g; Tłuszcz: 99.64 g; Węglowodany ogółem: 318.36 g; Sól: 4.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.25 g; suma cukrów prostych: 44.98 g; Błonnik pokarmowy: 34.22 g;

sobota 2025-11-08 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Sałatka z roszonek, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2753.98 kcal; Białko ogółem: 93.72 g; Tłuszcz: 85.92 g; Węglowodany ogółem: 414.99 g; Sól: 3.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.74 g; suma cukrów prostych: 110.42 g; Błonnik pokarmowy: 39.49 g;

sobota 2025-11-08 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z roszonek, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2075.79 kcal; Białko ogółem: 81.89 g; Tłuszcz: 79.89 g; Węglowodany ogółem: 262.78 g; Sól: 3.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.46 g; suma cukrów prostych: 84.74 g; Błonnik pokarmowy: 22.48 g;

sobota 2025-11-08 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., schab na kartki 50g*, Sałatka z roszonek, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, filet pieczony z indyka 60g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

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

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-11-08			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,			
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2515.72 kcal; Białko ogółem: 91.32 g; Tłuszcz: 65.67 g; Węglowodany ogółem: 398.08 g; Sól: 3.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.27 g; suma cukrów prostych: 110.35 g; Błonnik pokarmowy: 30.03 g;

sobota 2025-11-08			Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Ryż z jabłkami 350g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2640.02 kcal; Białko ogółem: 95.43 g; Tłuszcz: 71.74 g; Węglowodany ogółem: 411.50 g; Sól: 1.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.78 g; suma cukrów prostych: 125.06 g; Błonnik pokarmowy: 27.75 g;

sobota 2025-11-08			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z roszponką, ogórkiem zielonym i nasionami słonecznika 100g*, roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), Banan 1 szt, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Sałatka z lososiem i tołpygą 70g (1,4), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,			
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> sok warzywny 150ml,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2585.28 kcal; Białko ogółem: 82.80 g; Tłuszcz: 80.83 g; Węglowodany ogółem: 381.63 g; Sól: 4.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.57 g; suma cukrów prostych: 94.50 g; Błonnik pokarmowy: 30.07 g;

sobota 2025-11-08			Jadłospis dla diety: Mukowicydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), kasza manna na mleku 350ml (1,2), ser żółty 60g (2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,			
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> podplomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3196.62 kcal; Białko ogółem: 134.43 g; Tłuszcz: 119.90 g; Węglowodany ogółem: 392.05 g; Sól: 4.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.36 g; suma cukrów prostych: 102.81 g; Błonnik pokarmowy: 30.03 g;

sobota 2025-11-08			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), ogórek zielony talarki 100g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), mandarynki 150g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt., Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Mus warzywno-owocowy 100g*,			
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> podplomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2822.42 kcal; Białko ogółem: 83.74 g; Tłuszcz: 80.40 g; Węglowodany ogółem: 442.71 g; Sól: 3.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.50 g; suma cukrów prostych: 146.99 g; Błonnik pokarmowy: 37.54 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-11-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 50g (1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), schab benedykta 50g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udka pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Grejfrut 1/2 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2546.47 kcal; Białko ogółem: 117.41 g; Tłuszcz: 81.32 g; Węglowodany ogółem: 345.44 g; Sól: 2.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.46 g; suma cukrów prostych: 106.17 g; Błonnik pokarmowy: 33.05 g;

<b>niedziela 2025-11-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udka gotowane 1szt 200g,	twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2589.92 kcal; Białko ogółem: 123.72 g; Tłuszcz: 81.05 g; Węglowodany ogółem: 349.36 g; Sól: 2.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.81 g; suma cukrów prostych: 105.92 g; Błonnik pokarmowy: 32.75 g;

<b>niedziela 2025-11-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	rosół z makaronem 400ml b/soli, ziemniaki b/soli 200g m, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udka gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g , pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2493.92 kcal; Białko ogółem: 114.51 g; Tłuszcz: 80.82 g; Węglowodany ogółem: 335.53 g; Sól: 2.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.83 g; suma cukrów prostych: 110.76 g; Błonnik pokarmowy: 33.87 g;

<b>niedziela 2025-11-09</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), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2444.47 kcal; Białko ogółem: 112.03 g; Tłuszcz: 66.82 g; Węglowodany ogółem: 357.84 g; Sól: 3.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.78 g; suma cukrów prostych: 90.65 g; Błonnik pokarmowy: 34.83 g;

<b>niedziela 2025-11-09</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), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony talarki 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2444.37 kcal; Białko ogółem: 112.08 g; Tłuszcz: 66.75 g; Węglowodany ogółem: 357.66 g; Sól: 3.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.77 g; suma cukrów prostych: 89.87 g; Błonnik pokarmowy: 34.31 g;

<b>niedziela 2025-11-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udka gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2734.32 kcal; Białko ogółem: 135.41 g; Tłuszcz: 88.30 g; Węglowodany ogółem: 350.86 g; Sól: 2.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.06 g; suma cukrów prostych: 107.32 g; Błonnik pokarmowy: 32.75 g;

<b>niedziela 2025-11-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 150g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml*( 8,13), ziemniaki 250g, Jarzynka gotowana 150g*,

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,
--	--	--

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

niedziela 2025-11-09 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

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

niedziela 2025-11-09 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaki 200g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

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

niedziela 2025-11-09 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), pomidor 100g, rukola 5g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Grejfrut 1/2 szt ,	twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), roszponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2389.57 kcal; Białko ogółem: 116.98 g; Tłuszcz: 77.58 g; Węglowodany ogółem: 316.80 g; Sól: 2.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.27 g; suma cukrów prostych: 76.18 g; Błonnik pokarmowy: 37.71 g;

niedziela 2025-11-09 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka talarki 100g, polędwica sopocka 50g(1,8), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2794.02 kcal; Białko ogółem: 132.82 g; Tłuszcz: 84.06 g; Węglowodany ogółem: 381.96 g; Sól: 2.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.80 g; suma cukrów prostych: 108.92 g; Błonnik pokarmowy: 41.95 g;

niedziela 2025-11-09 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

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

niedziela 2025-11-09 <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 10g 1szt., rzodkiewka talarki 100g, schab na kartki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	filet pieczony z indyka 40g , Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

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

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-11-09		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2474.52 kcal; Białko ogółem: 124.37 g; Tłuszcz: 67.47 g; Węglowodany ogółem: 350.37 g; Sól: 2.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.99 g; suma cukrów prostych: 106.86 g; Błonnik pokarmowy: 32.75 g;

niedziela 2025-11-09		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Surówka z czerwonej kapusty 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), Ser topiony 50g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2370.27 kcal; Białko ogółem: 83.61 g; Tłuszcz: 80.25 g; Węglowodany ogółem: 329.80 g; Sól: 3.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.67 g; suma cukrów prostych: 108.26 g; Błonnik pokarmowy: 30.83 g;

niedziela 2025-11-09		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Grejfrut 1/2 szt ,	herbata bez cukru 250ml, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, margaryna roślinna lactima 10g , roszponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2508.52 kcal; Białko ogółem: 130.27 g; Tłuszcz: 73.80 g; Węglowodany ogółem: 339.88 g; Sól: 2.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.18 g; suma cukrów prostych: 94.15 g; Błonnik pokarmowy: 32.50 g;

niedziela 2025-11-09		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ser topiony 2 szt. 34g 92), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3004.32 kcal; Białko ogółem: 144.39 g; Tłuszcz: 111.19 g; Węglowodany ogółem: 353.27 g; Sól: 3.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.28 g; suma cukrów prostych: 108.29 g; Błonnik pokarmowy: 32.75 g;

niedziela 2025-11-09		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), gruszka 1 szt., rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2546.27 kcal; Białko ogółem: 103.45 g; Tłuszcz: 81.40 g; Węglowodany ogółem: 359.72 g; Sól: 2.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.19 g; suma cukrów prostych: 107.46 g; Błonnik pokarmowy: 36.95 g;

## Dietetyk

.....