

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2709.31 kcal; Białko ogółem: 95.86 g; Tłuszcz: 61.76 g; Węglowodany ogółem: 451.65 g; Sól: 2.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.80 g; suma cukrów prostych: 137.25 g; Błonnik pokarmowy: 38.83 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2434.85 kcal; Białko ogółem: 71.46 g; Tłuszcz: 57.82 g; Węglowodany ogółem: 411.14 g; Sól: 1.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.17 g; suma cukrów prostych: 122.07 g; Błonnik pokarmowy: 28.12 g;

poniedziałek 2025-11-10 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ryż z jabłkami 350g.*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2496.75 kcal; Białko ogółem: 73.85 g; Tłuszcz: 63.57 g; Węglowodany ogółem: 411.59 g; Sól: 2.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.75 g; suma cukrów prostych: 123.47 g; Błonnik pokarmowy: 28.12 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2450.47 kcal; Białko ogółem: 81.68 g; Tłuszcz: 76.73 g; Węglowodany ogółem: 364.53 g; Sól: 2.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.50 g; suma cukrów prostych: 111.31 g; Błonnik pokarmowy: 30.44 g;

poniedziałek 2025-11-10 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g.*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2456.35 kcal; Białko ogółem: 64.32 g; Tłuszcz: 64.77 g; Węglowodany ogółem: 407.30 g; Sól: 1.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.69 g; suma cukrów prostych: 123.24 g; Błonnik pokarmowy: 28.49 g;

poniedziałek 2025-11-10 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Salata 10g, 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), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2567.75 kcal; Białko ogółem: 104.55 g; Tłuszcz: 65.31 g; Węglowodany ogółem: 395.46 g; Sól: 2.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.48 g; suma cukrów prostych: 118.90 g; Błonnik pokarmowy: 26.72 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-11-10		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g, Masło 10g(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1771.95 kcal; Białko ogółem: 57.37 g; Tłuszcz: 45.41 g; Węglowodany ogółem: 290.01 g; Sól: 2.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.10 g; suma cukrów prostych: 65.48 g; Błonnik pokarmowy: 32.00 g;

poniedziałek 2025-11-10		Jadłospis dla diety: Płynna XIII
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Mus warzywno-owocowy 100g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1887.52 kcal; Białko ogółem: 69.36 g; Tłuszcz: 60.72 g; Węglowodany ogółem: 263.83 g; Sól: 1.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.38 g; suma cukrów prostych: 104.80 g; Błonnik pokarmowy: 25.24 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2144.07 kcal; Białko ogółem: 65.57 g; Tłuszcz: 67.48 g; Węglowodany ogółem: 319.68 g; Sól: 1.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.68 g; suma cukrów prostych: 115.29 g; Błonnik pokarmowy: 28.98 g;

poniedziałek 2025-11-10		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , roszonek 5g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), makaron razowy z serem b/c 350g,(1,2), sliwki 150g, surówka z marchwi z ananasm 120g, Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: podplomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2212.02 kcal; Białko ogółem: 98.15 g; Tłuszcz: 63.95 g; Węglowodany ogółem: 318.05 g; Sól: 1.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.43 g; suma cukrów prostych: 63.06 g; Błonnik pokarmowy: 36.02 g;

poniedziałek 2025-11-10		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2471.15 kcal; Białko ogółem: 99.20 g; Tłuszcz: 58.27 g; Węglowodany ogółem: 396.17 g; Sól: 1.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.32 g; suma cukrów prostych: 92.99 g; Błonnik pokarmowy: 35.84 g;

poniedziałek 2025-11-10		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), serek homogenizowany 70g. (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), Ryż z jabłkami 350g.* , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2022.35 kcal; Białko ogółem: 52.83 g; Tłuszcz: 62.37 g; Węglowodany ogółem: 311.28 g; Sól: 2.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.86 g; suma cukrów prostych: 120.37 g; Błonnik pokarmowy: 22.41 g;

poniedziałek 2025-11-10		Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , filet pieczony z indyka 60g , pomidor 100g, Napój roślinny 330g*, roszonek 5g ,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Ryż z jabłkami 350g.* , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

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

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-11-10		
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, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ryż z jabłkami 350g*, Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2317.45 kcal; Białko ogółem: 71.32 g; Tłuszcz: 44.94 g; Węglowodany ogółem: 410.90 g; Sól: 1.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.02 g; suma cukrów prostych: 121.86 g; Błonnik pokarmowy: 28.12 g;

poniedziałek 2025-11-10		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), pomidor 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ryż z jabłkami 350g*, Sałata 10g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2538.35 kcal; Białko ogółem: 87.58 g; Tłuszcz: 63.87 g; Węglowodany ogółem: 407.24 g; Sól: 2.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.94 g; suma cukrów prostych: 119.65 g; Błonnik pokarmowy: 27.55 g;

poniedziałek 2025-11-10		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, herbata bez cukru 250ml, roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), śliwki 150g, surówka z marchwi z ananasem 120g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, herbata bez cukru 250ml, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2355.57 kcal; Białko ogółem: 111.11 g; Tłuszcz: 53.84 g; Węglowodany ogółem: 359.75 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.73 g; suma cukrów prostych: 79.19 g; Błonnik pokarmowy: 30.21 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3172.25 kcal; Białko ogółem: 124.93 g; Tłuszcz: 104.98 g; Węglowodany ogółem: 423.49 g; Sól: 3.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.24 g; suma cukrów prostych: 135.06 g; Błonnik pokarmowy: 25.62 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2434.85 kcal; Białko ogółem: 71.46 g; Tłuszcz: 57.82 g; Węglowodany ogółem: 411.14 g; Sól: 1.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.17 g; suma cukrów prostych: 122.07 g; Błonnik pokarmowy: 28.12 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2503.73 kcal; Białko ogółem: 104.98 g; Tłuszcz: 76.74 g; Węglowodany ogółem: 359.86 g; Sól: 3.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.85 g; suma cukrów prostych: 102.94 g; Błonnik pokarmowy: 27.75 g;

wtorek 2025-11-11 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemiaki 200g*, schab duszony 80g w sosie własnym (1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, galaretki 250g, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2432.82 kcal; Białko ogółem: 118.02 g; Tłuszcz: 66.20 g; Węglowodany ogółem: 352.71 g; Sól: 2.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.26 g; suma cukrów prostych: 94.65 g; Błonnik pokarmowy: 29.44 g;

wtorek 2025-11-11 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemiaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g 3 kromki , twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, galaretki 250g, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2250.97 kcal; Białko ogółem: 106.85 g; Tłuszcz: 62.95 g; Węglowodany ogółem: 324.88 g; Sól: 2.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.54 g; suma cukrów prostych: 89.30 g; Błonnik pokarmowy: 28.82 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2194.97 kcal; Białko ogółem: 104.02 g; Tłuszcz: 61.76 g; Węglowodany ogółem: 315.68 g; Sól: 2.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.87 g; suma cukrów prostych: 88.33 g; Błonnik pokarmowy: 27.30 g;

wtorek 2025-11-11 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemiaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, galaretki 250g, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2172.52 kcal; Białko ogółem: 105.66 g; Tłuszcz: 55.79 g; Węglowodany ogółem: 323.14 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.46 g; suma cukrów prostych: 72.49 g; Błonnik pokarmowy: 29.18 g;

wtorek 2025-11-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), twaróg 70g (2), rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemiaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g , jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, galaretki 250g, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2781.42 kcal; Białko ogółem: 145.88 g; Tłuszcz: 85.95 g; Węglowodany ogółem: 356.36 g; Sól: 3.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.46 g; suma cukrów prostych: 96.82 g; Błonnik pokarmowy: 29.44 g;

wtorek 2025-11-11 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2451.12 kcal; Białko ogółem: 100.30 g; Tłuszcz: 86.92 g; Węglowodany ogółem: 323.46 g; Sól: 1.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.98 g; suma cukrów prostych: 99.94 g; Błonnik pokarmowy: 31.60 g;

wtorek 2025-11-11 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2120.77 kcal; Białko ogółem: 82.44 g; Tłuszcz: 96.09 g; Węglowodany ogółem: 223.47 g; Sól: 2.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.95 g; suma cukrów prostych: 128.07 g; Błonnik pokarmowy: 15.63 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2539.72 kcal; Białko ogółem: 113.40 g; Tłuszcz: 75.76 g; Węglowodany ogółem: 358.30 g; Sól: 2.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.32 g; suma cukrów prostych: 106.21 g; Błonnik pokarmowy: 30.92 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2440.48 kcal; Białko ogółem: 104.08 g; Tłuszcz: 81.06 g; Węglowodany ogółem: 330.92 g; Sól: 2.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.16 g; suma cukrów prostych: 57.10 g; Błonnik pokarmowy: 32.85 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2597.48 kcal; Białko ogółem: 124.15 g; Tłuszcz: 67.49 g; Węglowodany ogółem: 388.46 g; Sól: 2.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.41 g; suma cukrów prostych: 100.49 g; Błonnik pokarmowy: 38.22 g;

wtorek 2025-11-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, galaretką 250g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1672.00 kcal; Białko ogółem: 80.34 g; Tłuszcz: 51.21 g; Węglowodany ogółem: 227.51 g; Sól: 3.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.76 g; suma cukrów prostych: 68.44 g; Błonnik pokarmowy: 21.03 g;

wtorek 2025-11-11 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, filet pieczony z indyka 60g , kleik z kaszy manny 350ml(1), rukola 5g,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 50g*, pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, galaretką 250g, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1766.20 kcal; Białko ogółem: 88.76 g; Tłuszcz: 25.74 g; Węglowodany ogółem: 305.11 g; Sól: 3.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.82 g; suma cukrów prostych: 52.85 g; Błonnik pokarmowy: 27.67 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-11-11		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), margaryna roślinna lactima 10g, rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, galaretki 250g, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2315.42 kcal; Białko ogółem: 117.87 g; Tłuszcz: 53.33 g; Węglowodany ogółem: 352.46 g; Sól: 2.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.11 g; suma cukrów prostych: 94.44 g; Błonnik pokarmowy: 29.44 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2594.58 kcal; Białko ogółem: 94.16 g; Tłuszcz: 70.17 g; Węglowodany ogółem: 402.12 g; Sól: 2.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.41 g; suma cukrów prostych: 110.08 g; Błonnik pokarmowy: 31.05 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2429.08 kcal; Białko ogółem: 118.34 g; Tłuszcz: 66.06 g; Węglowodany ogółem: 344.51 g; Sól: 2.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.85 g; suma cukrów prostych: 72.44 g; Błonnik pokarmowy: 28.54 g;

wtorek 2025-11-11		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), twaróg 70g (2), rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, galaretki 250g, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2814.47 kcal; Białko ogółem: 150.20 g; Tłuszcz: 89.87 g; Węglowodany ogółem: 350.80 g; Sól: 3.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.96 g; suma cukrów prostych: 113.58 g; Błonnik pokarmowy: 28.86 g;

wtorek 2025-11-11		
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, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, galaretki 250g, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2170.97 kcal; Białko ogółem: 105.34 g; Tłuszcz: 60.12 g; Węglowodany ogółem: 312.67 g; Sól: 2.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.82 g; suma cukrów prostych: 76.93 g; Błonnik pokarmowy: 28.86 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-11-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), papryka św. 100g , Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g (1), roszponka 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Stek wieprzowy z cebulką 100g (1,2,3,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g , Surówka z kiszzonej kapusty 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, schab benedykta 50g, rukola 5g,
	Podwieczerek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2697.78 kcal; Białko ogółem: 91.46 g; Tłuszcz: 97.07 g; Węglowodany ogółem: 371.71 g; Sól: 3.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.39 g; suma cukrów prostych: 87.08 g; Błonnik pokarmowy: 32.80 g;

środa 2025-11-12 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g , Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2285.93 kcal; Białko ogółem: 82.01 g; Tłuszcz: 71.85 g; Węglowodany ogółem: 335.79 g; Sól: 3.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.31 g; suma cukrów prostych: 73.51 g; Błonnik pokarmowy: 25.87 g;

środa 2025-11-12 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g , Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , rzodkiewka 100g, twarożek 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2257.23 kcal; Białko ogółem: 99.05 g; Tłuszcz: 69.52 g; Węglowodany ogółem: 316.24 g; Sól: 2.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.24 g; suma cukrów prostych: 77.37 g; Błonnik pokarmowy: 25.29 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2061.03 kcal; Białko ogółem: 96.76 g; Tłuszcz: 61.74 g; Węglowodany ogółem: 286.02 g; Sól: 3.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.91 g; suma cukrów prostych: 69.06 g; Błonnik pokarmowy: 23.27 g;

środa 2025-11-12 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350ml (1,2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, twarożek 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2279.53 kcal; Białko ogółem: 110.20 g; Tłuszcz: 61.32 g; Węglowodany ogółem: 330.12 g; Sól: 3.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.58 g; suma cukrów prostych: 72.01 g; Błonnik pokarmowy: 25.45 g;

środa 2025-11-12 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g , Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, twarożek 70g (2),
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2423.13 kcal; Białko ogółem: 109.73 g; Tłuszcz: 72.55 g; Węglowodany ogółem: 340.69 g; Sól: 3.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.71 g; suma cukrów prostych: 77.85 g; Błonnik pokarmowy: 25.87 g;

środa 2025-11-12 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2021.14 kcal; Białko ogółem: 91.98 g; Tłuszcz: 71.67 g; Węglowodany ogółem: 256.48 g; Sól: 3.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.69 g; suma cukrów prostych: 66.80 g; Błonnik pokarmowy: 20.63 g;

środa 2025-11-12 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Masło 15g*(2), bukiet warzyw dieta 150 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2037.86 kcal; Białko ogółem: 80.54 g; Tłuszcz: 82.70 g; Węglowodany ogółem: 237.60 g; Sól: 3.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.75 g; suma cukrów prostych: 86.89 g; Błonnik pokarmowy: 13.60 g;

środa 2025-11-12 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), mus warzywno-owocowy 100g, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2216.85 kcal; Białko ogółem: 89.69 g; Tłuszcz: 63.67 g; Węglowodany ogółem: 325.92 g; Sól: 2.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.72 g; suma cukrów prostych: 72.88 g; Błonnik pokarmowy: 26.70 g;

środa 2025-11-12 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Surówka z kiszzonej kapusty 120 g, gruszka 1 szt., ziemniaki 200g , Sos koperkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczerek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2082.15 kcal; Białko ogółem: 74.96 g; Tłuszcz: 59.34 g; Węglowodany ogółem: 325.73 g; Sól: 3.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.48 g; suma cukrów prostych: 60.93 g; Błonnik pokarmowy: 36.52 g;

środa 2025-11-12 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),	Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), surówka z ogórka kisz.120g(11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
	Podwieczerek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2568.81 kcal; Białko ogółem: 88.23 g; Tłuszcz: 74.58 g; Węglowodany ogółem: 399.74 g; Sól: 4.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.84 g; suma cukrów prostych: 80.15 g; Błonnik pokarmowy: 38.53 g;

środa 2025-11-12 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Herbata z cukrem 250ml*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Ziemniaki 200g*, Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane b/mleka 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2),, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2183.39 kcal; Białko ogółem: 93.71 g; Tłuszcz: 71.97 g; Węglowodany ogółem: 300.91 g; Sól: 4.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.92 g; suma cukrów prostych: 77.35 g; Błonnik pokarmowy: 22.99 g;

środa 2025-11-12 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , polędwica sopocka 50g(1,8), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane b/mleka 120g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, miód 1 szt.(25g), rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2002.77 kcal; Białko ogółem: 80.15 g; Tłuszcz: 39.93 g; Węglowodany ogółem: 329.05 g; Sól: 4.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.72 g; suma cukrów prostych: 85.21 g; Błonnik pokarmowy: 28.03 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-11-12			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Salátka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350ml (1,2),		Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g,		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,	
		Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2117.28 kcal; Białko ogółem: 80.81 g; Tłuszcz: 55.70 g; Węglowodany ogółem: 330.93 g; Sól: 3.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.69 g; suma cukrów prostych: 72.85 g; Błonnik pokarmowy: 25.43 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2788.36 kcal; Białko ogółem: 118.30 g; Tłuszcz: 82.20 g; Węglowodany ogółem: 397.92 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.17 g; suma cukrów prostych: 89.55 g; Błonnik pokarmowy: 27.50 g;

środa 2025-11-12			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g, papryka św. 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), kasza manna na mleku 350ml (1,2), roszonek 5g,		Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Surówka z kiszanej kapusty 120g, gruszka 1 szt., ziemniaki 200g, Sos koperkowy 100g (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g (1), margaryna roślinna lactima 10g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),	
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),		Podwieczorek: kisiel b/c 250g,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2285.15 kcal; Białko ogółem: 88.04 g; Tłuszcz: 53.12 g; Węglowodany ogółem: 374.32 g; Sól: 3.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.56 g; suma cukrów prostych: 86.60 g; Błonnik pokarmowy: 31.14 g;

środa 2025-11-12			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Salátka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350ml (1,2),		Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g, Sos koperkowy 100g (1,2),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, twarożek 70g (2), szynka konserwowa 50g (8),	
		Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2586.18 kcal; Białko ogółem: 118.36 g; Tłuszcz: 89.86 g; Węglowodany ogółem: 328.03 g; Sól: 4.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.63 g; suma cukrów prostych: 88.28 g; Błonnik pokarmowy: 25.42 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2394.13 kcal; Białko ogółem: 92.77 g; Tłuszcz: 71.82 g; Węglowodany ogółem: 350.39 g; Sól: 2.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.10 g; suma cukrów prostych: 101.85 g; Błonnik pokarmowy: 32.97 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-11-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z sałaty,pomidora i pestkami dyni 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 50g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), brukselka z bułką tartą 120g(1,2), Ziemiaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), ogórek kiszony 100g, rozspanka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, galaretki 250g, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2608.74 kcal; Białko ogółem: 115.95 g; Tłuszcz: 103.14 g; Węglowodany ogółem: 315.77 g; Sól: 4.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.24 g; suma cukrów prostych: 69.67 g; Błonnik pokarmowy: 29.77 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2458.91 kcal; Białko ogółem: 122.45 g; Tłuszcz: 81.99 g; Węglowodany ogółem: 317.49 g; Sól: 3.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.65 g; suma cukrów prostych: 79.86 g; Błonnik pokarmowy: 27.59 g;

czwartek 2025-11-13 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Ziemiaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g 3 kromki , szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rozspanka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2344.51 kcal; Białko ogółem: 118.27 g; Tłuszcz: 80.91 g; Węglowodany ogółem: 294.69 g; Sól: 3.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.18 g; suma cukrów prostych: 79.38 g; Błonnik pokarmowy: 27.01 g;

czwartek 2025-11-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Ziemiaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g 3 kromki , szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rozspanka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2311.35 kcal; Białko ogółem: 94.79 g; Tłuszcz: 77.60 g; Węglowodany ogółem: 317.82 g; Sól: 3.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.04 g; suma cukrów prostych: 79.87 g; Błonnik pokarmowy: 27.72 g;

czwartek 2025-11-13 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Ziemiaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rozspanka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2385.71 kcal; Białko ogółem: 104.44 g; Tłuszcz: 71.53 g; Węglowodany ogółem: 341.89 g; Sól: 3.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.25 g; suma cukrów prostych: 80.62 g; Błonnik pokarmowy: 29.67 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2520.41 kcal; Białko ogółem: 131.55 g; Tłuszcz: 84.79 g; Węglowodany ogółem: 317.49 g; Sól: 4.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.44 g; suma cukrów prostych: 79.86 g; Błonnik pokarmowy: 27.59 g;

czwartek 2025-11-13 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemiaki 200g*, bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemiaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2),

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2074.87 kcal; Białko ogółem: 93.64 g; Tłuszcz: 66.19 g; Węglowodany ogółem: 283.42 g; Sól: 1.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.05 g; suma cukrów prostych: 75.24 g; Błonnik pokarmowy: 24.74 g;

czwartek 2025-11-13 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2016.54 kcal; Białko ogółem: 82.93 g; Tłuszcz: 75.43 g; Węglowodany ogółem: 249.69 g; Sól: 1.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.77 g; suma cukrów prostych: 97.96 g; Błonnik pokarmowy: 17.44 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2539.04 kcal; Białko ogółem: 89.66 g; Tłuszcz: 70.31 g; Węglowodany ogółem: 373.29 g; Sól: 3.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.25 g; suma cukrów prostych: 109.68 g; Błonnik pokarmowy: 26.96 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2310.94 kcal; Białko ogółem: 101.53 g; Tłuszcz: 88.52 g; Węglowodany ogółem: 289.24 g; Sól: 5.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.22 g; suma cukrów prostych: 35.09 g; Błonnik pokarmowy: 33.48 g;

czwartek 2025-11-13 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), brukselka z bułką tartą 120g(1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2610.26 kcal; Białko ogółem: 131.15 g; Tłuszcz: 78.98 g; Węglowodany ogółem: 359.03 g; Sól: 3.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.22 g; suma cukrów prostych: 78.25 g; Błonnik pokarmowy: 40.26 g;

czwartek 2025-11-13 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog. naturalny 70g. (2), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, pomidor 100g, szynka konserwowa 50g (8), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2085.11 kcal; Białko ogółem: 102.20 g; Tłuszcz: 78.91 g; Węglowodany ogółem: 252.00 g; Sól: 3.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.23 g; suma cukrów prostych: 77.03 g; Błonnik pokarmowy: 21.84 g;

czwartek 2025-11-13 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), filet pieczony z indyka 60g ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2093.45 kcal; Białko ogółem: 103.32 g; Tłuszcz: 58.52 g; Węglowodany ogółem: 297.24 g; Sól: 3.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.52 g; suma cukrów prostych: 55.39 g; Błonnik pokarmowy: 26.32 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-11-13 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2341.51 kcal; Białko ogółem: 122.31 g; Tłuszcz: 69.12 g; Węglowodany ogółem: 317.24 g; Sól: 3.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.50 g; suma cukrów prostych: 79.65 g; Błonnik pokarmowy: 27.59 g;

czwartek 2025-11-13 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), pomidor 100g, roszonek 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2440.06 kcal; Białko ogółem: 101.75 g; Tłuszcz: 86.34 g; Węglowodany ogółem: 318.15 g; Sól: 3.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.33 g; suma cukrów prostych: 79.92 g; Błonnik pokarmowy: 27.59 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2525.14 kcal; Białko ogółem: 114.54 g; Tłuszcz: 84.70 g; Węglowodany ogółem: 336.65 g; Sól: 6.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.12 g; suma cukrów prostych: 79.00 g; Błonnik pokarmowy: 28.52 g;

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2624.91 kcal; Białko ogółem: 139.66 g; Tłuszcz: 101.61 g; Węglowodany ogółem: 296.84 g; Sól: 3.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.76 g; suma cukrów prostych: 80.83 g; Błonnik pokarmowy: 27.01 g;

czwartek 2025-11-13 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g,
II Śniadanie: Kisiel 250 g,	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2458.61 kcal; Białko ogółem: 118.31 g; Tłuszcz: 80.91 g; Węglowodany ogółem: 323.21 g; Sól: 3.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.18 g; suma cukrów prostych: 102.10 g; Błonnik pokarmowy: 27.03 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-11-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, kakao 250ml (1,2), Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), roszponka 5g ,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rukola 5g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2801.78 kcal; Białko ogółem: 113.82 g; Tłuszcz: 83.53 g; Węglowodany ogółem: 410.04 g; Sól: 2.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.00 g; suma cukrów prostych: 124.30 g; Błonnik pokarmowy: 30.97 g;

piątek 2025-11-14 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2554.06 kcal; Białko ogółem: 104.96 g; Tłuszcz: 66.03 g; Węglowodany ogółem: 396.15 g; Sól: 3.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.82 g; suma cukrów prostych: 116.28 g; Błonnik pokarmowy: 31.26 g;

piątek 2025-11-14 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki b/soli 200g m, Szpinak gotowany 120g(2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2359.50 kcal; Białko ogółem: 84.29 g; Tłuszcz: 72.57 g; Węglowodany ogółem: 351.59 g; Sól: 2.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.09 g; suma cukrów prostych: 117.77 g; Błonnik pokarmowy: 28.72 g;

piątek 2025-11-14 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2352.48 kcal; Białko ogółem: 93.89 g; Tłuszcz: 56.68 g; Węglowodany ogółem: 377.31 g; Sól: 3.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.72 g; suma cukrów prostych: 101.76 g; Błonnik pokarmowy: 31.41 g;

piątek 2025-11-14 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2476.98 kcal; Białko ogółem: 95.83 g; Tłuszcz: 69.78 g; Węglowodany ogółem: 375.75 g; Sól: 2.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.32 g; suma cukrów prostych: 99.40 g; Błonnik pokarmowy: 27.93 g;

piątek 2025-11-14 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g (2), roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2), pomidor 100g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2703.56 kcal; Białko ogółem: 122.11 g; Tłuszcz: 72.33 g; Węglowodany ogółem: 403.15 g; Sól: 3.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.65 g; suma cukrów prostych: 122.65 g; Błonnik pokarmowy: 32.46 g;

piątek 2025-11-14 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kakao 250ml (1,2), Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, szpinak gotowany 150g (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2265.63 kcal; Białko ogółem: 84.44 g; Tłuszcz: 64.81 g; Węglowodany ogółem: 344.59 g; Sól: 3.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.01 g; suma cukrów prostych: 91.44 g; Błonnik pokarmowy: 28.30 g;

piątek 2025-11-14 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2194.37 kcal; Białko ogółem: 84.54 g; Tłuszcz: 87.16 g; Węglowodany ogółem: 265.29 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.48 g; suma cukrów prostych: 86.82 g; Błonnik pokarmowy: 17.43 g;

piątek 2025-11-14 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), Szpinak gotowany 120g(2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2557.25 kcal; Białko ogółem: 87.54 g; Tłuszcz: 66.09 g; Węglowodany ogółem: 410.90 g; Sól: 2.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.18 g; suma cukrów prostych: 124.27 g; Błonnik pokarmowy: 32.76 g;

piątek 2025-11-14 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kakao b/c 250ml (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, roszonek 5g ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), kiwi 1szt., Kompot z owoców mroz.b/c 250ml*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: podpiłomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1978.43 kcal; Białko ogółem: 100.98 g; Tłuszcz: 68.29 g; Węglowodany ogółem: 247.29 g; Sól: 2.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.28 g; suma cukrów prostych: 41.73 g; Błonnik pokarmowy: 32.76 g;

piątek 2025-11-14 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homog.naturalny 70g. (2), roszonek 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2), pomidor 100g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), surówka meksykańska 120g (3,11,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2781.59 kcal; Białko ogółem: 117.10 g; Tłuszcz: 70.89 g; Węglowodany ogółem: 434.60 g; Sól: 3.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.87 g; suma cukrów prostych: 123.60 g; Błonnik pokarmowy: 41.56 g;

piątek 2025-11-14 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), roszonek 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2), pomidor 100g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Szpinak 120 g, filet z dorsza parowany 100g (4,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rukola 5g, filet pieczony z indyka 60g , rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1758.89 kcal; Białko ogółem: 80.97 g; Tłuszcz: 54.72 g; Węglowodany ogółem: 245.92 g; Sól: 3.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.90 g; suma cukrów prostych: 80.39 g; Błonnik pokarmowy: 20.64 g;

piątek 2025-11-14 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g , pomidor 100g,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Szpinak 120 g, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, rukola 5g, rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2148.19 kcal; Białko ogółem: 73.94 g; Tłuszcz: 34.33 g; Węglowodany ogółem: 388.86 g; Sól: 3.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.51 g; suma cukrów prostych: 107.86 g; Błonnik pokarmowy: 32.92 g;

piątek 2025-11-14 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2436.66 kcal; Białko ogółem: 104.82 g; Tłuszcz: 53.16 g; Węglowodany ogółem: 395.90 g; Sól: 3.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.67 g; suma cukrów prostych: 116.07 g; Błonnik pokarmowy: 31.26 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-11-14		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, ser żółty 60g (2), rzodkiewka 100g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2816.36 kcal; Białko ogółem: 122.35 g; Tłuszcz: 87.38 g; Węglowodany ogółem: 396.66 g; Sól: 3.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.00 g; suma cukrów prostych: 117.74 g; Błonnik pokarmowy: 31.26 g;

piątek 2025-11-14		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g , Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, kakao 250ml (1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), kiwi 1szt., Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 50g (1), margaryna roślinna lactima 10g , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: podplomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2374.74 kcal; Białko ogółem: 117.27 g; Tłuszcz: 61.91 g; Węglowodany ogółem: 343.58 g; Sól: 3.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.41 g; suma cukrów prostych: 71.63 g; Błonnik pokarmowy: 30.44 g;

piątek 2025-11-14		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), pomidor 100g, szynka piastowska 50g(8), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , rukola 5g, ser żółty 60g (2), twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2919.16 kcal; Białko ogółem: 136.14 g; Tłuszcz: 98.15 g; Węglowodany ogółem: 371.01 g; Sól: 3.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.10 g; suma cukrów prostych: 116.23 g; Błonnik pokarmowy: 28.18 g;

piątek 2025-11-14		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka piastowska 50g(8), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2334.81 kcal; Białko ogółem: 99.65 g; Tłuszcz: 64.71 g; Węglowodany ogółem: 347.17 g; Sól: 2.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.30 g; suma cukrów prostych: 93.03 g; Błonnik pokarmowy: 27.61 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-11-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g , rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 50g (1),	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), sos spaghetti 180g z mięsem i warzywami* (1,13), ogórek kiszony 1 szt., Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron 200g (1,3),	Masło 15g*(2), herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta rybna z twarogiem 70g (2,4), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: Grejfrut 1/2 szt ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2418.98 kcal; Białko ogółem: 95.88 g; Tłuszcz: 73.87 g; Węglowodany ogółem: 354.74 g; Sól: 2.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.67 g; suma cukrów prostych: 74.39 g; Błonnik pokarmowy: 30.65 g;

sobota 2025-11-15 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Sałatka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Makaron z sosem mięsno-warzywnym 350g* (1,3,13),	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2610.94 kcal; Białko ogółem: 103.00 g; Tłuszcz: 87.40 g; Węglowodany ogółem: 363.32 g; Sól: 2.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.24 g; suma cukrów prostych: 76.21 g; Błonnik pokarmowy: 28.86 g;

sobota 2025-11-15 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z sosem mięsno-warzywnym 350g* (1,3,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2604.99 kcal; Białko ogółem: 101.30 g; Tłuszcz: 93.47 g; Węglowodany ogółem: 343.22 g; Sól: 1.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.24 g; suma cukrów prostych: 77.75 g; Błonnik pokarmowy: 27.46 g;

sobota 2025-11-15 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 200g*,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , twarózek 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2395.29 kcal; Białko ogółem: 107.62 g; Tłuszcz: 78.08 g; Węglowodany ogółem: 325.32 g; Sól: 2.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.86 g; suma cukrów prostych: 81.39 g; Błonnik pokarmowy: 28.69 g;

sobota 2025-11-15 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z sosem mięsno-warzywnym 350g* (1,3,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), papryka św. 100g , roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2634.79 kcal; Białko ogółem: 96.63 g; Tłuszcz: 93.18 g; Węglowodany ogółem: 356.65 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.95 g; suma cukrów prostych: 80.35 g; Błonnik pokarmowy: 27.99 g;

sobota 2025-11-15 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Rzodkiew biała 100g , serek homo owocowy 70g (2), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Makaron z sosem mięsno-warzywnym 350g* (1,3,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszonek 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3023.14 kcal; Białko ogółem: 133.01 g; Tłuszcz: 106.65 g; Węglowodany ogółem: 381.63 g; Sól: 2.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.82 g; suma cukrów prostych: 92.43 g; Błonnik pokarmowy: 28.04 g;

sobota 2025-11-15 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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

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

sobota 2025-11-15 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemiaki 200 g, Jarzynka gotowana 150g*,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

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

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2086.15 kcal; Białko ogółem: 91.86 g; Tłuszcz: 70.26 g; Węglowodany ogółem: 275.93 g; Sól: 2.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.53 g; suma cukrów prostych: 84.12 g; Błonnik pokarmowy: 26.00 g;

sobota 2025-11-15 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. 100g , rukola 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), gruszka 1 szt., Grejfrut 1/2 szt , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Makaron razowy z sosem mięsno-warzywnym 350g* (1,3,13), ogórek kiszony 1 szt.,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pasta rybna z twarogiem 70g (2,4), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2400.31 kcal; Białko ogółem: 97.39 g; Tłuszcz: 71.16 g; Węglowodany ogółem: 351.03 g; Sól: 2.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.12 g; suma cukrów prostych: 72.03 g; Błonnik pokarmowy: 40.51 g;

sobota 2025-11-15 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, gruszka 1 szt., Makaron razowy z sosem mięsno-warzywnym 350g* (1,3,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2724.69 kcal; Białko ogółem: 114.07 g; Tłuszcz: 84.37 g; Węglowodany ogółem: 386.71 g; Sól: 2.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.64 g; suma cukrów prostych: 85.93 g; Błonnik pokarmowy: 33.98 g;

sobota 2025-11-15 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Ryż na mleku 350 ml*(2), czarnuszka 2g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Jajko sadzone 1szt*(3), bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

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

sobota 2025-11-15 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., polędwica sopocka 50g(1,8), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami b/ml 350ml (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g,	herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, schab na kartki 50g*, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1846.00 kcal; Białko ogółem: 85.65 g; Tłuszcz: 47.75 g; Węglowodany ogółem: 271.05 g; Sól: 2.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.85 g; suma cukrów prostych: 59.41 g; Błonnik pokarmowy: 27.23 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-11-15 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Makaron z sosem mięsno-warzywnym 350g* (1,3,13),	herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rozspanka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2440.79 kcal; Białko ogółem: 107.01 g; Tłuszcz: 65.44 g; Węglowodany ogółem: 365.88 g; Sól: 2.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.76 g; suma cukrów prostych: 78.20 g; Błonnik pokarmowy: 28.04 g;

sobota 2025-11-15 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rozspanka 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2580.20 kcal; Białko ogółem: 107.76 g; Tłuszcz: 84.27 g; Węglowodany ogółem: 351.21 g; Sól: 2.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.25 g; suma cukrów prostych: 87.54 g; Błonnik pokarmowy: 25.73 g;

sobota 2025-11-15 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ogórek kiszony 1 szt., Grejfrut 1/2 szt , Makaron razowy z sosem mięsno-warzywnym 350g* (1,3,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g (1), Pasta rybna z twarogiem 70g (2,4), papryka św. 100g , rozspanka 5g , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2451.46 kcal; Białko ogółem: 106.83 g; Tłuszcz: 64.53 g; Węglowodany ogółem: 365.70 g; Sól: 3.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.14 g; suma cukrów prostych: 93.43 g; Błonnik pokarmowy: 31.45 g;

sobota 2025-11-15 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g -, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Rzodkiew biała 100g , Twaróg 100g (2), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, Salata zielona z sosem winegret 80g, Makaron z sosem mięsno-warzywnym 350g* (1,3,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rozspanka 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3049.14 kcal; Białko ogółem: 137.17 g; Tłuszcz: 107.33 g; Węglowodany ogółem: 382.07 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.56 g; suma cukrów prostych: 109.97 g; Błonnik pokarmowy: 27.86 g;

sobota 2025-11-15 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), jabłko deserowe 1 szt. , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, mandarynka 1 szt., Makaron z sosem mięsno-warzywnym 350g* (1,3,13),	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , papryka św. 100g , ser żółty 60g (2), rozspanka 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2711.99 kcal; Białko ogółem: 107.99 g; Tłuszcz: 99.34 g; Węglowodany ogółem: 355.54 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.69 g; suma cukrów prostych: 91.04 g; Błonnik pokarmowy: 27.30 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-11-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z ogórka, salaty zielonej i nasionami słonecznika 100g*, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka panier. 100g*(1,3,13), Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2981.63 kcal; Białko ogółem: 114.68 g; Tłuszcz: 111.97 g; Węglowodany ogółem: 388.86 g; Sól: 4.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.67 g; suma cukrów prostych: 99.31 g; Błonnik pokarmowy: 29.93 g;

niedziela 2025-11-16 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2622.22 kcal; Białko ogółem: 115.87 g; Tłuszcz: 80.36 g; Węglowodany ogółem: 370.67 g; Sól: 3.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.53 g; suma cukrów prostych: 100.66 g; Błonnik pokarmowy: 32.56 g;

niedziela 2025-11-16 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Grysiowa 300ml (1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki b/soli 200g m, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2302.41 kcal; Białko ogółem: 110.82 g; Tłuszcz: 63.49 g; Węglowodany ogółem: 331.19 g; Sól: 3.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.02 g; suma cukrów prostych: 97.61 g; Błonnik pokarmowy: 27.66 g;

niedziela 2025-11-16 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2596.98 kcal; Białko ogółem: 106.41 g; Tłuszcz: 82.50 g; Węglowodany ogółem: 368.57 g; Sól: 3.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.00 g; suma cukrów prostych: 94.15 g; Błonnik pokarmowy: 31.49 g;

niedziela 2025-11-16 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony talarki 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2536.28 kcal; Białko ogółem: 114.80 g; Tłuszcz: 70.20 g; Węglowodany ogółem: 371.71 g; Sól: 2.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.57 g; suma cukrów prostych: 97.94 g; Błonnik pokarmowy: 29.61 g;

niedziela 2025-11-16 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twaróg 100g (2), rukola 5g, serek homo owocowy 70g (2),
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2885.42 kcal; Białko ogółem: 152.19 g; Tłuszcz: 86.90 g; Węglowodany ogółem: 385.38 g; Sól: 3.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.43 g; suma cukrów prostych: 115.06 g; Błonnik pokarmowy: 32.56 g;

niedziela 2025-11-16 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2580.94 kcal; Białko ogółem: 111.13 g; Tłuszcz: 92.78 g; Węglowodany ogółem: 332.22 g; Sól: 2.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.44 g; suma cukrów prostych: 102.74 g; Błonnik pokarmowy: 24.91 g;

niedziela 2025-11-16 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2347.51 kcal; Białko ogółem: 90.69 g; Tłuszcz: 89.19 g; Węglowodany ogółem: 294.49 g; Sól: 2.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.64 g; suma cukrów prostych: 130.20 g; Błonnik pokarmowy: 20.52 g;

niedziela 2025-11-16 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Jarzynka gotowana 100g * (1,2,13), Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2655.24 kcal; Białko ogółem: 115.12 g; Tłuszcz: 79.16 g; Węglowodany ogółem: 378.88 g; Sól: 2.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.62 g; suma cukrów prostych: 123.02 g; Błonnik pokarmowy: 25.14 g;

niedziela 2025-11-16 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Salátka z ogórka, sałaty zielonej i nasionami słonecznika 100g*, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	połudwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2602.70 kcal; Białko ogółem: 114.64 g; Tłuszcz: 101.18 g; Węglowodany ogółem: 313.59 g; Sól: 4.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.85 g; suma cukrów prostych: 53.72 g; Błonnik pokarmowy: 37.22 g;

niedziela 2025-11-16 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, salátka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), połędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2691.32 kcal; Białko ogółem: 118.28 g; Tłuszcz: 80.60 g; Węglowodany ogółem: 389.08 g; Sól: 3.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.86 g; suma cukrów prostych: 101.61 g; Błonnik pokarmowy: 40.19 g;

niedziela 2025-11-16 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), mandarynka 1 szt., chleb b/glutenowy 3 kromki, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, połędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1811.80 kcal; Białko ogółem: 82.31 g; Tłuszcz: 52.52 g; Węglowodany ogółem: 262.43 g; Sól: 2.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.91 g; suma cukrów prostych: 76.29 g; Błonnik pokarmowy: 20.68 g;

niedziela 2025-11-16 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka 100g, schab na kartki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	miód 1 szt.(25g), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), mandarynka 1 szt.,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

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

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-11-16		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	serek homog.naturalny 70g. (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2388.82 kcal; Białko ogółem: 124.08 g; Tłuszcz: 49.25 g; Węglowodany ogółem: 374.04 g; Sól: 2.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.81 g; suma cukrów prostych: 104.02 g; Błonnik pokarmowy: 32.50 g;

niedziela 2025-11-16		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g.*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2593.00 kcal; Białko ogółem: 91.79 g; Tłuszcz: 76.96 g; Węglowodany ogółem: 391.85 g; Sól: 2.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.31 g; suma cukrów prostych: 110.02 g; Błonnik pokarmowy: 30.04 g;

niedziela 2025-11-16		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), szynka konserwowa 50g (8), Sałatka z ogórka, salaty zielonej i nasionami słonecznika 100g*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), kajzerka 50g (1), pomidor 100g, margaryna roślinna lactima 10g , rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2675.15 kcal; Białko ogółem: 127.28 g; Tłuszcz: 78.70 g; Węglowodany ogółem: 366.27 g; Sól: 4.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.22 g; suma cukrów prostych: 100.38 g; Błonnik pokarmowy: 30.13 g;

niedziela 2025-11-16		
Jadłospis dla diety: Mukowicydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rzodkiewka 100g, Parówka na gorąco 1szt-60g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, ser żółty 60g (2), rukola 5g, polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3102.62 kcal; Białko ogółem: 144.87 g; Tłuszcz: 115.36 g; Węglowodany ogółem: 371.93 g; Sól: 4.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 55.13 g; suma cukrów prostych: 100.72 g; Błonnik pokarmowy: 32.56 g;

niedziela 2025-11-16		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Parówka na gorąco 1szt-60g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	ser żółty 60g (2), Masło 15g*(2), papryka św. 50g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczorek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2603.77 kcal; Białko ogółem: 113.58 g; Tłuszcz: 89.62 g; Węglowodany ogółem: 346.72 g; Sól: 3.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.36 g; suma cukrów prostych: 78.00 g; Błonnik pokarmowy: 31.34 g;

Dietetyk

.....