

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-12-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Grochowa z ziem. 350ml.(1,8,13), Risotto jarskie 300g (8,11,13)*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2684.20 kcal; Białko ogółem: 102.38 g; Tłuszcz: 87.66 g; Węglowodany ogółem: 383.45 g; Sól: 3.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.68 g; suma cukrów prostych: 74.72 g; Błonnik pokarmowy: 33.02 g;

poniedziałek 2025-12-01 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Risotto jarskie dieta 300g (8,11,13)*, Sałata 10g, Sos pomidorowy 100ml (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2457.15 kcal; Białko ogółem: 87.55 g; Tłuszcz: 80.74 g; Węglowodany ogółem: 353.95 g; Sól: 3.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.28 g; suma cukrów prostych: 73.61 g; Błonnik pokarmowy: 26.39 g;

poniedziałek 2025-12-01 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Risotto jarskie dieta 300g (8,11,13)*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2443.77 kcal; Białko ogółem: 90.95 g; Tłuszcz: 79.50 g; Węglowodany ogółem: 349.45 g; Sól: 2.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.31 g; suma cukrów prostych: 73.28 g; Błonnik pokarmowy: 25.58 g;

poniedziałek 2025-12-01 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rozszponka 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2429.97 kcal; Białko ogółem: 99.71 g; Tłuszcz: 77.91 g; Węglowodany ogółem: 342.12 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.62 g; suma cukrów prostych: 76.95 g; Błonnik pokarmowy: 26.81 g;

poniedziałek 2025-12-01 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Risotto jarskie dieta 300g (8,11,13)*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2403.37 kcal; Białko ogółem: 81.42 g; Tłuszcz: 80.70 g; Węglowodany ogółem: 345.16 g; Sól: 1.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.25 g; suma cukrów prostych: 73.05 g; Błonnik pokarmowy: 25.95 g;

poniedziałek 2025-12-01 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Risotto jarskie dieta 300g (8,11,13)*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2795.57 kcal; Białko ogółem: 112.18 g; Tłuszcz: 103.29 g; Węglowodany ogółem: 351.54 g; Sól: 2.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.92 g; suma cukrów prostych: 73.35 g; Błonnik pokarmowy: 25.58 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-12-01		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV	
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata z cukrem 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), kompot z owoców 250ml, Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,	
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2177.75 kcal; Białko ogółem: 92.82 g; Tłuszcz: 84.36 g; Węglowodany ogółem: 268.33 g; Sól: 3.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.17 g; suma cukrów prostych: 58.16 g; Błonnik pokarmowy: 23.32 g;

poniedziałek 2025-12-01		Jadłospis dla diety: Płynna XIII	
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,	
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1862.13 kcal; Białko ogółem: 85.52 g; Tłuszcz: 81.56 g; Węglowodany ogółem: 198.59 g; Sól: 3.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.47 g; suma cukrów prostych: 58.11 g; Błonnik pokarmowy: 15.06 g;

poniedziałek 2025-12-01		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII	
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), połędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), kasza manna na mleku 350ml (1,2), Napój roślinny 330g*,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Ziemniaki 200g*, 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), twaróg krajanka 70g (2),	
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2775.17 kcal; Białko ogółem: 112.60 g; Tłuszcz: 72.27 g; Węglowodany ogółem: 407.44 g; Sól: 3.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.18 g; suma cukrów prostych: 83.98 g; Błonnik pokarmowy: 29.48 g;

poniedziałek 2025-12-01		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), połędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Risotto dieta 300g* (13), Sałata 10g, Sos pomidorowy 100ml (1,2), pomarańcza 1 szt, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka konserwowa 50g (8), herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,	
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt. 15g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2150.70 kcal; Białko ogółem: 90.18 g; Tłuszcz: 78.98 g; Węglowodany ogółem: 278.96 g; Sól: 2.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.25 g; suma cukrów prostych: 36.80 g; Błonnik pokarmowy: 25.97 g;

poniedziałek 2025-12-01		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V	
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), połędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sałata 10g, makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2),	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2407.59 kcal; Białko ogółem: 123.38 g; Tłuszcz: 74.44 g; Węglowodany ogółem: 315.53 g; Sól: 2.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.44 g; suma cukrów prostych: 54.47 g; Błonnik pokarmowy: 22.36 g;

poniedziałek 2025-12-01		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL	
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1871.14 kcal; Białko ogółem: 61.07 g; Tłuszcz: 66.68 g; Węglowodany ogółem: 263.71 g; Sól: 1.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.81 g; suma cukrów prostych: 81.50 g; Błonnik pokarmowy: 17.64 g;

poniedziałek 2025-12-01		Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM	
Napój roślinny 330g*, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 50g*, margaryna roślinna lactima 10g, Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ryż z jabłkami 350g.*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),	

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

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-12-01			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), margaryna roślinna 10g 1szt., Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Risotto jarskie dieta 300g (8,11,13)*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2206.57 kcal; Białko ogółem: 89.82 g; Tłuszcz: 54.37 g; Węglowodany ogółem: 347.86 g; Sól: 2.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.29 g; suma cukrów prostych: 71.67 g; Błonnik pokarmowy: 25.58 g;

poniedziałek 2025-12-01			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Risotto jarskie dieta 300g (8,11,13)*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2400.67 kcal; Białko ogółem: 90.05 g; Tłuszcz: 82.39 g; Węglowodany ogółem: 332.81 g; Sól: 2.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.06 g; suma cukrów prostych: 57.38 g; Błonnik pokarmowy: 25.01 g;

poniedziałek 2025-12-01			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Risotto jarskie 300g (8,11,13)*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt,	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), margaryna roślinna lactima 10g (2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,			
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt. 15g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2361.55 kcal; Białko ogółem: 93.52 g; Tłuszcz: 71.39 g; Węglowodany ogółem: 345.68 g; Sól: 3.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.00 g; suma cukrów prostych: 59.79 g; Błonnik pokarmowy: 25.05 g;

poniedziałek 2025-12-01			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), serek homog. nat. 60g(2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Risotto jarskie dieta 300g (8,11,13)*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), twaróg krajanka 70g (2), polędwica sopočka 50g(1,8), Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2927.57 kcal; Białko ogółem: 131.75 g; Tłuszcz: 105.65 g; Węglowodany ogółem: 353.27 g; Sól: 2.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.13 g; suma cukrów prostych: 86.40 g; Błonnik pokarmowy: 25.32 g;

poniedziałek 2025-12-01			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Risotto jarskie dieta 300g (8,11,13)*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,				

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2295.37 kcal; Białko ogółem: 84.03 g; Tłuszcz: 73.80 g; Węglowodany ogółem: 332.32 g; Sól: 2.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.15 g; suma cukrów prostych: 67.75 g; Błonnik pokarmowy: 25.22 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-12-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), roszponka 5g , ogórek konserwowy 100g*	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g , surówka z kap. pekińskiej 120g, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Kotlet schabowy - 100g (1,3),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2930.11 kcal; Białko ogółem: 119.77 g; Tłuszcz: 95.44 g; Węglowodany ogółem: 406.75 g; Sól: 4.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.00 g; suma cukrów prostych: 135.76 g; Błonnik pokarmowy: 34.23 g;

wtorek 2025-12-02 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g , sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, schab gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2601.64 kcal; Białko ogółem: 115.66 g; Tłuszcz: 69.61 g; Węglowodany ogółem: 384.10 g; Sól: 2.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.10 g; suma cukrów prostych: 129.02 g; Błonnik pokarmowy: 33.17 g;

wtorek 2025-12-02 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, schab gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2581.74 kcal; Białko ogółem: 111.29 g; Tłuszcz: 67.46 g; Węglowodany ogółem: 393.62 g; Sól: 2.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.26 g; suma cukrów prostych: 117.01 g; Błonnik pokarmowy: 39.15 g;

wtorek 2025-12-02 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2514.34 kcal; Białko ogółem: 102.43 g; Tłuszcz: 59.83 g; Węglowodany ogółem: 401.81 g; Sól: 2.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.31 g; suma cukrów prostych: 116.54 g; Błonnik pokarmowy: 36.98 g;

wtorek 2025-12-02 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, schab gotowany 80g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2513.34 kcal; Białko ogółem: 102.53 g; Tłuszcz: 59.83 g; Węglowodany ogółem: 402.11 g; Sól: 2.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.31 g; suma cukrów prostych: 115.54 g; Błonnik pokarmowy: 38.28 g;

wtorek 2025-12-02 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, schab gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), polędwica sopocka 50g(1,8), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2888.64 kcal; Białko ogółem: 137.09 g; Tłuszcz: 76.36 g; Węglowodany ogółem: 417.75 g; Sól: 3.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.01 g; suma cukrów prostych: 139.49 g; Błonnik pokarmowy: 39.15 g;

wtorek 2025-12-02 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,
--	--	--

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

wtorek 2025-12-02 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

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

wtorek 2025-12-02 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Mus warzywno-owocowy 100g*, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, 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), 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]: 2395.89 kcal; Białko ogółem: 95.74 g; Tłuszcz: 70.20 g; Węglowodany ogółem: 343.09 g; Sól: 2.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.41 g; suma cukrów prostych: 141.52 g; Błonnik pokarmowy: 34.26 g;

wtorek 2025-12-02 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , ogórek konserwowy 100g*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., schab gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), roszponka 5g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2098.24 kcal; Białko ogółem: 101.02 g; Tłuszcz: 61.48 g; Węglowodany ogółem: 294.96 g; Sól: 3.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.85 g; suma cukrów prostych: 78.88 g; Błonnik pokarmowy: 35.85 g;

wtorek 2025-12-02 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. paski 100g , roszponka 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, schab gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2304.59 kcal; Białko ogółem: 112.18 g; Tłuszcz: 65.55 g; Węglowodany ogółem: 326.60 g; Sól: 2.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.78 g; suma cukrów prostych: 76.69 g; Błonnik pokarmowy: 38.82 g;

wtorek 2025-12-02 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, twarożek 70g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 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]: 1941.50 kcal; Białko ogółem: 81.58 g; Tłuszcz: 53.00 g; Węglowodany ogółem: 295.43 g; Sól: 2.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.13 g; suma cukrów prostych: 112.15 g; Błonnik pokarmowy: 30.96 g;

wtorek 2025-12-02 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Napój roślinny 330g*, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	barszcz czerwony z ziemniakami 350ml b/ml (1,8,13), ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 50g*, margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2289.54 kcal; Białko ogółem: 85.45 g; Tłuszcz: 37.22 g; Węglowodany ogółem: 391.01 g; Sól: 2.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.43 g; suma cukrów prostych: 134.38 g; Błonnik pokarmowy: 39.27 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-12-02		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2620.74 kcal; Białko ogółem: 123.83 g; Tłuszcz: 56.50 g; Węglowodany ogółem: 415.61 g; Sól: 2.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.54 g; suma cukrów prostych: 139.03 g; Błonnik pokarmowy: 39.15 g;

wtorek 2025-12-02		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), Masło 20g* (2), roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, kaszotto jarskie dieta 300g(1,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2657.60 kcal; Białko ogółem: 100.80 g; Tłuszcz: 80.97 g; Węglowodany ogółem: 393.78 g; Sól: 3.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.52 g; suma cukrów prostych: 142.49 g; Błonnik pokarmowy: 41.97 g;

wtorek 2025-12-02		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
kasza manna na mleku 350ml (1,2), kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , ogórek konserwowy 100g*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g , sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., schab gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, margaryna roślinna lactima 10g (2), roszonek 5g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2350.39 kcal; Białko ogółem: 118.88 g; Tłuszcz: 56.70 g; Węglowodany ogółem: 350.88 g; Sól: 3.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.19 g; suma cukrów prostych: 94.20 g; Błonnik pokarmowy: 34.76 g;

wtorek 2025-12-02		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), twarożek 1 szt. (2) , Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3070.84 kcal; Białko ogółem: 138.31 g; Tłuszcz: 93.76 g; Węglowodany ogółem: 418.35 g; Sól: 3.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.20 g; suma cukrów prostych: 138.93 g; Błonnik pokarmowy: 39.15 g;

wtorek 2025-12-02		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2687.24 kcal; Białko ogółem: 117.40 g; Tłuszcz: 66.71 g; Węglowodany ogółem: 415.40 g; Sól: 2.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.65 g; suma cukrów prostych: 137.84 g; Błonnik pokarmowy: 39.15 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-12-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i roszponki z nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałatka zielona z sosem winegret 80g, Fasolka po bretońsku 250g* (1,8), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ogórek kiszony 100g, pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podpiłyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2618.62 kcal; Białko ogółem: 92.12 g; Tłuszcz: 96.25 g; Węglowodany ogółem: 353.03 g; Sól: 4.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.02 g; suma cukrów prostych: 65.19 g; Błonnik pokarmowy: 32.33 g;

środa 2025-12-03 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podpiłyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2356.15 kcal; Białko ogółem: 85.76 g; Tłuszcz: 76.28 g; Węglowodany ogółem: 338.42 g; Sól: 1.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.85 g; suma cukrów prostych: 73.59 g; Błonnik pokarmowy: 31.55 g;

środa 2025-12-03 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podpiłyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2330.52 kcal; Białko ogółem: 102.87 g; Tłuszcz: 62.82 g; Węglowodany ogółem: 346.07 g; Sól: 2.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.95 g; suma cukrów prostych: 81.36 g; Błonnik pokarmowy: 32.41 g;

środa 2025-12-03 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2), pomidor 100g,	Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podpiłyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2367.68 kcal; Białko ogółem: 99.04 g; Tłuszcz: 58.17 g; Węglowodany ogółem: 367.89 g; Sól: 3.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.67 g; suma cukrów prostych: 112.81 g; Błonnik pokarmowy: 29.74 g;

środa 2025-12-03 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podpiłyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2199.68 kcal; Białko ogółem: 97.50 g; Tłuszcz: 57.69 g; Węglowodany ogółem: 327.91 g; Sól: 3.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.44 g; suma cukrów prostych: 78.93 g; Błonnik pokarmowy: 28.78 g;

środa 2025-12-03 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), rzodkiewka 100g, twarózek 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podpiłyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2399.12 kcal; Białko ogółem: 116.73 g; Tłuszcz: 63.17 g; Węglowodany ogółem: 348.52 g; Sól: 2.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.15 g; suma cukrów prostych: 83.53 g; Błonnik pokarmowy: 32.41 g;

środa 2025-12-03 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata 250g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1841.08 kcal; Białko ogółem: 85.22 g; Tłuszcz: 67.79 g; Węglowodany ogółem: 223.82 g; Sól: 3.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.13 g; suma cukrów prostych: 73.49 g; Błonnik pokarmowy: 22.82 g;

środa 2025-12-03 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 mroz. 250ml*, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1556.36 kcal; Białko ogółem: 70.60 g; Tłuszcz: 67.79 g; Węglowodany ogółem: 156.87 g; Sól: 3.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.14 g; suma cukrów prostych: 81.58 g; Błonnik pokarmowy: 13.27 g;

środa 2025-12-03 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Napój roślinny 330g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), marchew gotowana 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2120.13 kcal; Białko ogółem: 78.71 g; Tłuszcz: 59.33 g; Węglowodany ogółem: 295.94 g; Sól: 3.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.63 g; suma cukrów prostych: 100.06 g; Błonnik pokarmowy: 22.40 g;

środa 2025-12-03 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata bez cukru 250ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z rzodkiewki i roszponki z nasionami słonecznika 100g*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), mandarynka 1 szt., Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek kiszony 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podpiłomyki b/c 2szt.15g (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1909.89 kcal; Białko ogółem: 72.92 g; Tłuszcz: 89.37 g; Węglowodany ogółem: 206.00 g; Sól: 3.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.14 g; suma cukrów prostych: 23.57 g; Błonnik pokarmowy: 23.07 g;

środa 2025-12-03 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
herbata bez cukru 250ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twarożek 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podpiłomyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2051.73 kcal; Białko ogółem: 83.11 g; Tłuszcz: 61.29 g; Węglowodany ogółem: 298.78 g; Sól: 1.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.42 g; suma cukrów prostych: 74.61 g; Błonnik pokarmowy: 31.91 g;

środa 2025-12-03 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, roszponka 5g ,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, marchew gotowana 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka 100g, filet pieczony z indyka 60g , rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1742.55 kcal; Białko ogółem: 80.06 g; Tłuszcz: 56.56 g; Węglowodany ogółem: 234.47 g; Sól: 2.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.58 g; suma cukrów prostych: 80.04 g; Błonnik pokarmowy: 22.72 g;

środa 2025-12-03 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 , schab na kartki 50g*, pomidor 100g, Napój roślinny 330g*,	Koperkowa z ziemniakami b/ml 350ml (1,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, marchew gotowana 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, filet pieczony z indyka 40g , roszponka 5g , rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podpiłomyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2020.72 kcal; Białko ogółem: 78.83 g; Tłuszcz: 42.74 g; Węglowodany ogółem: 315.38 g; Sól: 2.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.42 g; suma cukrów prostych: 75.92 g; Błonnik pokarmowy: 34.30 g;

środa 2025-12-03 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, twarożek 70g (2), roszponka 5g , rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podpiłomyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2213.12 kcal; Białko ogółem: 102.72 g; Tłuszcz: 49.94 g; Węglowodany ogółem: 345.82 g; Sól: 2.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.80 g; suma cukrów prostych: 81.15 g; Błonnik pokarmowy: 32.41 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-12-03			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ryż z jabłkami 350g.*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarówek 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2281.55 kcal; Białko ogółem: 85.92 g; Tłuszcz: 55.13 g; Węglowodany ogółem: 364.89 g; Sól: 2.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.73 g; suma cukrów prostych: 93.86 g; Błonnik pokarmowy: 30.11 g;

środa 2025-12-03			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
herbata bez cukru 250ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Salátka z rzodkiewki i roszonek z nasionami słonecznika 100g*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), mandarynka 1 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Salátka zielona z sosem winegret 80g, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek kiszony 100g, rukola 5g,			
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1811.49 kcal; Białko ogółem: 68.96 g; Tłuszcz: 74.60 g; Węglowodany ogółem: 216.35 g; Sól: 3.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.80 g; suma cukrów prostych: 31.26 g; Błonnik pokarmowy: 27.75 g;

środa 2025-12-03			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), roszonek 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarówek 70g (2), rzodkiewka 100g, twarówek 70g (2), rukola 5g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3),			
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: podplomyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2846.12 kcal; Białko ogółem: 146.03 g; Tłuszcz: 86.47 g; Węglowodany ogółem: 367.42 g; Sól: 2.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.43 g; suma cukrów prostych: 100.73 g; Błonnik pokarmowy: 32.51 g;

środa 2025-12-03			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), potrawka drobiowa 150g (1,2,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, twarówek 70g (2), roszonek 5g , rukola 5g,			
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt.,	Posiłek nocny: podplomyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2261.92 kcal; Białko ogółem: 89.01 g; Tłuszcz: 62.47 g; Węglowodany ogółem: 343.62 g; Sól: 2.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.76 g; suma cukrów prostych: 79.19 g; Błonnik pokarmowy: 32.41 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-12-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Masło 20g*(2), papryka św. paski 100g, roszponka 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g, kopytka 250g (1,2,3), Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pieczeniowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2670.24 kcal; Białko ogółem: 105.30 g; Tłuszcz: 86.07 g; Węglowodany ogółem: 375.49 g; Sól: 3.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.43 g; suma cukrów prostych: 90.49 g; Błonnik pokarmowy: 27.89 g;

czwartek 2025-12-04 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g*(2), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), kopytka 250g (1,2,3), Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wieśniowa 50g (1,2,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2742.53 kcal; Białko ogółem: 112.43 g; Tłuszcz: 92.56 g; Węglowodany ogółem: 372.64 g; Sól: 4.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.47 g; suma cukrów prostych: 86.93 g; Błonnik pokarmowy: 26.00 g;

czwartek 2025-12-04 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 20g*(2), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, kopytka 250g (1,2,3), Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2746.92 kcal; Białko ogółem: 126.17 g; Tłuszcz: 81.83 g; Węglowodany ogółem: 384.34 g; Sól: 2.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.48 g; suma cukrów prostych: 98.57 g; Błonnik pokarmowy: 26.23 g;

czwartek 2025-12-04 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g*(2), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 90g*, Ziemiaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2682.81 kcal; Białko ogółem: 110.86 g; Tłuszcz: 91.66 g; Węglowodany ogółem: 362.23 g; Sól: 3.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.37 g; suma cukrów prostych: 92.12 g; Błonnik pokarmowy: 26.72 g;

czwartek 2025-12-04 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 20g*(2), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 90g*, Ziemiaki 200g*, Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2618.52 kcal; Białko ogółem: 117.70 g; Tłuszcz: 79.74 g; Węglowodany ogółem: 366.34 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.93 g; suma cukrów prostych: 97.72 g; Błonnik pokarmowy: 27.03 g;

czwartek 2025-12-04 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, kopytka 250g (1,2,3), Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wieśniowa 50g (1,2,11,13), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2953.12 kcal; Białko ogółem: 140.43 g; Tłuszcz: 97.99 g; Węglowodany ogółem: 385.24 g; Sól: 3.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.94 g; suma cukrów prostych: 98.54 g; Błonnik pokarmowy: 26.29 g;

czwartek 2025-12-04 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2331.97 kcal; Białko ogółem: 93.57 g; Tłuszcz: 81.60 g; Węglowodany ogółem: 313.89 g; Sól: 2.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.90 g; suma cukrów prostych: 79.64 g; Błonnik pokarmowy: 26.78 g;

czwartek 2025-12-04 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2101.31 kcal; Białko ogółem: 81.56 g; Tłuszcz: 79.56 g; Węglowodany ogółem: 260.96 g; Sól: 1.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.78 g; suma cukrów prostych: 105.17 g; Błonnik pokarmowy: 15.12 g;

czwartek 2025-12-04 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Masło 20g* (2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2431.21 kcal; Białko ogółem: 101.37 g; Tłuszcz: 68.79 g; Węglowodany ogółem: 356.19 g; Sól: 2.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.14 g; suma cukrów prostych: 98.24 g; Błonnik pokarmowy: 27.90 g;

czwartek 2025-12-04 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata b/cukru 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. paski 100g , roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), Ziemniaki 200g*, Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,	herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2322.78 kcal; Białko ogółem: 95.34 g; Tłuszcz: 82.52 g; Węglowodany ogółem: 313.72 g; Sól: 4.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.10 g; suma cukrów prostych: 53.42 g; Błonnik pokarmowy: 35.52 g;

czwartek 2025-12-04 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), Ziemniaki 200g*, Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2489.48 kcal; Białko ogółem: 103.30 g; Tłuszcz: 90.29 g; Węglowodany ogółem: 324.24 g; Sól: 3.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.98 g; suma cukrów prostych: 94.01 g; Błonnik pokarmowy: 27.04 g;

czwartek 2025-12-04 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1926.81 kcal; Białko ogółem: 91.32 g; Tłuszcz: 62.54 g; Węglowodany ogółem: 259.86 g; Sól: 2.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.31 g; suma cukrów prostych: 86.24 g; Błonnik pokarmowy: 20.94 g;

czwartek 2025-12-04 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), margaryna roślinna lactima 10g , Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, rukola 5g,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane b/mleka 120g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka 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]: 2209.85 kcal; Białko ogółem: 88.88 g; Tłuszcz: 49.51 g; Węglowodany ogółem: 354.62 g; Sól: 4.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.14 g; suma cukrów prostych: 75.66 g; Błonnik pokarmowy: 33.67 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-12-04		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemiaki 200g*, Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2420.62 kcal; Białko ogółem: 107.13 g; Tłuszcz: 63.71 g; Węglowodany ogółem: 363.51 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.86 g; suma cukrów prostych: 95.27 g; Błonnik pokarmowy: 27.03 g;

czwartek 2025-12-04		Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Masło 15g*(2), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2722.47 kcal; Białko ogółem: 113.79 g; Tłuszcz: 85.86 g; Węglowodany ogółem: 375.79 g; Sól: 2.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.36 g; suma cukrów prostych: 107.56 g; Błonnik pokarmowy: 25.54 g;

czwartek 2025-12-04		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), margaryna roślinna lactima 10g (2), papryka z rozszponką 105g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), Ziemiaki 200g*, Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,	herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), połędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 50g (1),
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2170.98 kcal; Białko ogółem: 103.81 g; Tłuszcz: 48.18 g; Węglowodany ogółem: 341.02 g; Sól: 3.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.40 g; suma cukrów prostych: 74.05 g; Błonnik pokarmowy: 28.08 g;

czwartek 2025-12-04		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, twaróg krajanka 70g (2),, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemiaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), serek homo waniliowy 70g*(2), połędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3076.71 kcal; Białko ogółem: 148.69 g; Tłuszcz: 111.82 g; Węglowodany ogółem: 367.03 g; Sól: 4.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.47 g; suma cukrów prostych: 93.33 g; Błonnik pokarmowy: 28.02 g;

czwartek 2025-12-04		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemiaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2693.71 kcal; Białko ogółem: 113.63 g; Tłuszcz: 91.80 g; Węglowodany ogółem: 362.53 g; Sól: 3.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.40 g; suma cukrów prostych: 91.12 g; Błonnik pokarmowy: 28.02 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-12-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 20g* (2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Surówka z kapusty kisz 120g*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i kurczakiem 100g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2893.50 kcal; Białko ogółem: 127.38 g; Tłuszcz: 97.53 g; Węglowodany ogółem: 388.46 g; Sól: 3.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.34 g; suma cukrów prostych: 105.21 g; Błonnik pokarmowy: 32.31 g;

piątek 2025-12-05 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 20g* (2), rukola 5g, rzodkiewka 100g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i kurczakiem 100g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2748.09 kcal; Białko ogółem: 127.48 g; Tłuszcz: 76.70 g; Węglowodany ogółem: 398.90 g; Sól: 3.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.05 g; suma cukrów prostych: 124.47 g; Błonnik pokarmowy: 31.61 g;

piątek 2025-12-05 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki b/soli 200g m, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i kurczakiem 100g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2710.29 kcal; Białko ogółem: 126.77 g; Tłuszcz: 82.28 g; Węglowodany ogółem: 376.53 g; Sól: 3.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.75 g; suma cukrów prostych: 126.24 g; Błonnik pokarmowy: 29.69 g;

piątek 2025-12-05 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i kurczakiem 100g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2586.46 kcal; Białko ogółem: 108.87 g; Tłuszcz: 77.57 g; Węglowodany ogółem: 375.83 g; Sól: 2.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.34 g; suma cukrów prostych: 102.63 g; Błonnik pokarmowy: 31.99 g;

piątek 2025-12-05 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i kurczakiem 100g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2612.53 kcal; Białko ogółem: 107.66 g; Tłuszcz: 79.66 g; Węglowodany ogółem: 379.03 g; Sól: 2.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.96 g; suma cukrów prostych: 103.98 g; Błonnik pokarmowy: 32.07 g;

piątek 2025-12-05 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rukola 5g, rzodkiewka 100g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i kurczakiem 100g (1,3),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2930.09 kcal; Białko ogółem: 150.23 g; Tłuszcz: 84.75 g; Węglowodany ogółem: 403.45 g; Sól: 3.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.82 g; suma cukrów prostych: 128.04 g; Błonnik pokarmowy: 31.61 g;

piątek 2025-12-05 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kakao 250ml (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, brokuly z wody 120 g,	Marchew gotowana 150g*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2437.71 kcal; Białko ogółem: 109.61 g; Tłuszcz: 79.87 g; Węglowodany ogółem: 326.51 g; Sól: 2.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.46 g; suma cukrów prostych: 99.87 g; Błonnik pokarmowy: 31.44 g;

piątek 2025-12-05 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kakao 250ml (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Masło 10g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2259.73 kcal; Białko ogółem: 84.56 g; Tłuszcz: 91.93 g; Węglowodany ogółem: 270.97 g; Sól: 2.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.34 g; suma cukrów prostych: 113.39 g; Błonnik pokarmowy: 16.99 g;

piątek 2025-12-05 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i kurczakiem 100g (1,3),
		Podwieczorek: Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2831.48 kcal; Białko ogółem: 114.80 g; Tłuszcz: 92.08 g; Węglowodany ogółem: 393.55 g; Sól: 2.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.47 g; suma cukrów prostych: 124.33 g; Błonnik pokarmowy: 31.44 g;

piątek 2025-12-05 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kakao b/c 250 ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 20g* (2), rukola 5g, ogórek zielony talarki 100g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i kurczakiem 100g (1,3),
		Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2340.30 kcal; Białko ogółem: 113.42 g; Tłuszcz: 72.66 g; Węglowodany ogółem: 320.81 g; Sól: 3.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.40 g; suma cukrów prostych: 61.09 g; Błonnik pokarmowy: 33.76 g;

piątek 2025-12-05 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g , surówka z ogórka kisz. 120g(11,13), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g , papryka św. paski 100g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i kurczakiem 100g (1,3),
		Podwieczorek: Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2613.08 kcal; Białko ogółem: 122.31 g; Tłuszcz: 83.93 g; Węglowodany ogółem: 354.81 g; Sól: 4.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.01 g; suma cukrów prostych: 133.14 g; Błonnik pokarmowy: 34.28 g;

piątek 2025-12-05 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, szynka na kartki 50g*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i kurczakiem 100g (1,3),
		Podwieczorek: Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1850.81 kcal; Białko ogółem: 83.11 g; Tłuszcz: 59.92 g; Węglowodany ogółem: 256.42 g; Sól: 2.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.55 g; suma cukrów prostych: 78.98 g; Błonnik pokarmowy: 23.16 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-12-05		
Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g, margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka 100g, rukola 5g,	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, roszonek 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i kurczakiem 100g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2089.41 kcal; Białko ogółem: 82.17 g; Tłuszcz: 28.59 g; Węglowodany ogółem: 389.80 g; Sól: 3.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 6.58 g; suma cukrów prostych: 102.71 g; Błonnik pokarmowy: 34.05 g;

piątek 2025-12-05		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homogeny naturalny 70g (2), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka 100g, rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i kurczakiem 100g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2632.69 kcal; Białko ogółem: 128.12 g; Tłuszcz: 63.13 g; Węglowodany ogółem: 399.91 g; Sól: 3.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.23 g; suma cukrów prostych: 125.41 g; Błonnik pokarmowy: 31.61 g;

piątek 2025-12-05		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 20g* (2), rukola 5g, rzodkiewka 100g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2581.34 kcal; Białko ogółem: 105.71 g; Tłuszcz: 65.70 g; Węglowodany ogółem: 403.74 g; Sól: 3.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.21 g; suma cukrów prostych: 140.24 g; Błonnik pokarmowy: 30.71 g;

piątek 2025-12-05		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kakao b/c 250 ml, chleb żytni 1 kromka 35g (1), chleb pszenno-żytni 1 kromka 35g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, margaryna roślinna lactima 10g, rukola 5g, kajzerka 50g (1), ogórek zielony talarki 100g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), margaryna roślinna lactima 10g, rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g(9),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i kurczakiem 100g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2295.00 kcal; Białko ogółem: 115.80 g; Tłuszcz: 60.65 g; Węglowodany ogółem: 332.74 g; Sól: 3.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.95 g; suma cukrów prostych: 61.81 g; Błonnik pokarmowy: 30.00 g;

piątek 2025-12-05		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, ser żółty 60g (2), Masło 20g* (2), rukola 5g, rzodkiewka 100g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i kurczakiem 100g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3297.09 kcal; Białko ogółem: 170.34 g; Tłuszcz: 112.05 g; Węglowodany ogółem: 402.61 g; Sól: 4.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.84 g; suma cukrów prostych: 126.70 g; Błonnik pokarmowy: 31.61 g;

piątek 2025-12-05		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 20g* (2), rukola 5g, rzodkiewka 100g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i kurczakiem 100g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2748.09 kcal; Białko ogółem: 127.48 g; Tłuszcz: 76.70 g; Węglowodany ogółem: 398.90 g; Sól: 3.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.05 g; suma cukrów prostych: 124.47 g; Błonnik pokarmowy: 31.61 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-12-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1 kromka 35g(1), Masło 20g* (2), połędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), Sałatka z rozszponką, ogórkiem zielonym i nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350ml (1,2), rozszponka 5g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1),	żurek z ziemn. 350ml.(1,2,8,13), Kotlet mielony 100 g (1,2), Marchewka z groszkiem 120g.(1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2751.10 kcal; Białko ogółem: 104.32 g; Tłuszcz: 101.04 g; Węglowodany ogółem: 366.74 g; Sól: 5.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.24 g; suma cukrów prostych: 85.36 g; Błonnik pokarmowy: 28.79 g;

sobota 2025-12-06 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), połędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), Sałatka z rozszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2378.52 kcal; Białko ogółem: 76.89 g; Tłuszcz: 73.23 g; Węglowodany ogółem: 362.64 g; Sól: 3.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.47 g; suma cukrów prostych: 81.43 g; Błonnik pokarmowy: 27.55 g;

sobota 2025-12-06 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z rozszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2559.92 kcal; Białko ogółem: 88.32 g; Tłuszcz: 81.63 g; Węglowodany ogółem: 372.92 g; Sól: 3.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.82 g; suma cukrów prostych: 88.03 g; Błonnik pokarmowy: 29.14 g;

sobota 2025-12-06 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2379.27 kcal; Białko ogółem: 103.12 g; Tłuszcz: 69.67 g; Węglowodany ogółem: 344.73 g; Sól: 2.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.92 g; suma cukrów prostych: 89.00 g; Błonnik pokarmowy: 26.75 g;

sobota 2025-12-06 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2506.60 kcal; Białko ogółem: 97.66 g; Tłuszcz: 81.58 g; Węglowodany ogółem: 349.88 g; Sól: 2.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.49 g; suma cukrów prostych: 87.38 g; Błonnik pokarmowy: 27.08 g;

sobota 2025-12-06 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z rozszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, połędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2796.57 kcal; Białko ogółem: 117.18 g; Tłuszcz: 93.13 g; Węglowodany ogółem: 371.73 g; Sól: 3.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.87 g; suma cukrów prostych: 85.21 g; Błonnik pokarmowy: 29.14 g;

sobota 2025-12-06 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2),	Herbata 250g, Grysiowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 150g,

Jadłospisy dla oddziałów

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

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

sobota 2025-12-06 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 20g* (2),	Kompot z owoców mroz. 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), brokuły z wody 150g, Jarzynka gotowana 150g*,	Herbata 250g, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

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

sobota 2025-12-06 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), kasza manna na mleku 350ml (1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2138.67 kcal; Białko ogółem: 90.24 g; Tłuszcz: 70.17 g; Węglowodany ogółem: 290.13 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.45 g; suma cukrów prostych: 92.43 g; Błonnik pokarmowy: 24.23 g;

sobota 2025-12-06 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), polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), Sałatka z roszonek, ogórkiem zielonym i nasionami słonecznika 100g*, roszonek 5g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), kiwi 1szt., Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2381.53 kcal; Białko ogółem: 81.48 g; Tłuszcz: 87.56 g; Węglowodany ogółem: 319.50 g; Sól: 5.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.10 g; suma cukrów prostych: 39.94 g; Błonnik pokarmowy: 34.65 g;

sobota 2025-12-06 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), Sałatka z roszonek, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. paski 100g , rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2512.58 kcal; Białko ogółem: 93.00 g; Tłuszcz: 74.95 g; Węglowodany ogółem: 382.06 g; Sól: 3.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.84 g; suma cukrów prostych: 82.46 g; Błonnik pokarmowy: 38.31 g;

sobota 2025-12-06 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z roszonek, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	koperkowa z ziemniak. b/maki 400ml (2,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, marchew gotowana 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2281.47 kcal; Białko ogółem: 89.09 g; Tłuszcz: 103.78 g; Węglowodany ogółem: 247.52 g; Sól: 2.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.13 g; suma cukrów prostych: 75.87 g; Błonnik pokarmowy: 22.54 g;

sobota 2025-12-06 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., schab na kartki 50g*, Sałatka z roszonek, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, filet pieczony z indyka 60g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2019.09 kcal; Białko ogółem: 85.57 g; Tłuszcz: 46.84 g; Węglowodany ogółem: 323.39 g; Sól: 3.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.28 g; suma cukrów prostych: 63.11 g; Błonnik pokarmowy: 26.62 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-12-06			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., połędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350ml (1,2),		Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),		Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2296.12 kcal; Białko ogółem: 89.08 g; Tłuszcz: 54.50 g; Węglowodany ogółem: 372.83 g; Sól: 3.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.37 g; suma cukrów prostych: 87.82 g; Błonnik pokarmowy: 29.14 g;

sobota 2025-12-06			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, kasza manna na mleku 350ml (1,2),		Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ryż z jabłkami 350g*,		Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2524.22 kcal; Białko ogółem: 92.99 g; Tłuszcz: 71.18 g; Węglowodany ogółem: 385.74 g; Sól: 2.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.57 g; suma cukrów prostych: 102.54 g; Błonnik pokarmowy: 26.91 g;

sobota 2025-12-06			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z roszponką, ogórkiem zielonym i nasionami słonecznika 100g*, roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), kasza manna na mleku 350ml (1,2),		Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), Banan 1 szt, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),		herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,	
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),		Podwieczorek: sok warzywny 150ml,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2577.58 kcal; Białko ogółem: 84.97 g; Tłuszcz: 79.36 g; Węglowodany ogółem: 382.26 g; Sól: 5.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.11 g; suma cukrów prostych: 89.46 g; Błonnik pokarmowy: 30.56 g;

sobota 2025-12-06			Jadłospis dla diety: Mukowicydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, połędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), kasza manna na mleku 350ml (1,2), ser żółty 60g (2),		Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: podplomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2977.02 kcal; Białko ogółem: 132.18 g; Tłuszcz: 108.73 g; Węglowodany ogółem: 366.80 g; Sól: 4.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.47 g; suma cukrów prostych: 80.28 g; Błonnik pokarmowy: 29.14 g;

sobota 2025-12-06			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), połędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), ogórek zielony talarki 100g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), mandarynki 150g,		Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g z mięsa drobiowego* (1,3), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),		Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt., Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Mus warzywno-owocowy 100g*,	
		Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: podplomyki b/c 2szt.15g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2601.82 kcal; Białko ogółem: 81.60 g; Tłuszcz: 69.23 g; Węglowodany ogółem: 417.76 g; Sól: 3.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.60 g; suma cukrów prostych: 123.47 g; Błonnik pokarmowy: 37.94 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-12-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 50g (1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), schab benedykta 50g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udka pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Grejfrut 1/2 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2430.82 kcal; Białko ogółem: 101.18 g; Tłuszcz: 78.56 g; Węglowodany ogółem: 339.05 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.45 g; suma cukrów prostych: 101.28 g; Błonnik pokarmowy: 33.16 g;

niedziela 2025-12-07 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 talarki 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udka gotowane 1szt 200g,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2474.27 kcal; Białko ogółem: 107.49 g; Tłuszcz: 78.29 g; Węglowodany ogółem: 342.97 g; Sól: 2.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.80 g; suma cukrów prostych: 101.03 g; Błonnik pokarmowy: 32.86 g;

niedziela 2025-12-07 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), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	rosół z makaronem 400ml b/soli, ziemniaki b/soli 200g m, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udka gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , pomidor 100g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2357.47 kcal; Białko ogółem: 99.71 g; Tłuszcz: 78.25 g; Węglowodany ogółem: 321.16 g; Sól: 2.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.82 g; suma cukrów prostych: 101.43 g; Błonnik pokarmowy: 32.39 g;

niedziela 2025-12-07 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2308.02 kcal; Białko ogółem: 97.23 g; Tłuszcz: 64.25 g; Węglowodany ogółem: 343.47 g; Sól: 2.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.77 g; suma cukrów prostych: 81.32 g; Błonnik pokarmowy: 33.35 g;

niedziela 2025-12-07 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), rzodkiewka talarki 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2307.92 kcal; Białko ogółem: 97.28 g; Tłuszcz: 64.19 g; Węglowodany ogółem: 343.29 g; Sól: 2.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.76 g; suma cukrów prostych: 80.54 g; Błonnik pokarmowy: 32.83 g;

niedziela 2025-12-07 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), polędwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udka gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2597.87 kcal; Białko ogółem: 120.61 g; Tłuszcz: 85.73 g; Węglowodany ogółem: 336.49 g; Sól: 2.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.05 g; suma cukrów prostych: 97.99 g; Błonnik pokarmowy: 31.27 g;

niedziela 2025-12-07 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 150g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 250g, Jarzynka gotowana 150g*,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2485.04 kcal; Białko ogółem: 111.54 g; Tłuszcz: 82.01 g; Węglowodany ogółem: 333.04 g; Sól: 4.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.20 g; suma cukrów prostych: 106.51 g; Błonnik pokarmowy: 35.56 g;

niedziela 2025-12-07 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2173.38 kcal; Białko ogółem: 94.17 g; Tłuszcz: 82.26 g; Węglowodany ogółem: 259.66 g; Sól: 2.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.92 g; suma cukrów prostych: 112.28 g; Błonnik pokarmowy: 20.97 g;

niedziela 2025-12-07 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), serek homo owocowy 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaki 200g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2593.50 kcal; Białko ogółem: 107.69 g; Tłuszcz: 77.19 g; Węglowodany ogółem: 369.41 g; Sól: 2.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.71 g; suma cukrów prostych: 137.14 g; Błonnik pokarmowy: 29.97 g;

niedziela 2025-12-07 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), pomidor 100g, rukola 5g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Grejfrut 1/2 szt ,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), roszonek 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2320.97 kcal; Białko ogółem: 103.12 g; Tłuszcz: 77.23 g; Węglowodany ogółem: 314.35 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.08 g; suma cukrów prostych: 74.01 g; Błonnik pokarmowy: 37.71 g;

niedziela 2025-12-07 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka talarki 100g, polędwica sopočka 50g(1,8), rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kalaflor oprószany 120g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2679.20 kcal; Białko ogółem: 117.45 g; Tłuszcz: 80.89 g; Węglowodany ogółem: 375.64 g; Sól: 2.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.70 g; suma cukrów prostych: 97.49 g; Błonnik pokarmowy: 41.72 g;

niedziela 2025-12-07 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rukola 5g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog. nat. 60g.(2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2029.21 kcal; Białko ogółem: 82.11 g; Tłuszcz: 73.72 g; Węglowodany ogółem: 266.63 g; Sól: 4.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.53 g; suma cukrów prostych: 84.67 g; Błonnik pokarmowy: 25.78 g;

niedziela 2025-12-07 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 talarki 100g, schab na kartki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	filet pieczony z indyka 40g , Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

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

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-12-07		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2338.07 kcal; Białko ogółem: 109.57 g; Tłuszcz: 64.91 g; Węglowodany ogółem: 336.00 g; Sól: 2.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.98 g; suma cukrów prostych: 97.53 g; Błonnik pokarmowy: 31.27 g;

niedziela 2025-12-07		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kalafor oprószony 120g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2324.05 kcal; Białko ogółem: 82.10 g; Tłuszcz: 77.43 g; Węglowodany ogółem: 325.93 g; Sól: 3.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.76 g; suma cukrów prostych: 99.00 g; Błonnik pokarmowy: 30.60 g;

niedziela 2025-12-07		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Grejfrut 1/2 szt ,	herbata bez cukru 250ml, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, margaryna roślinna lactima 10g , roszonek 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2392.87 kcal; Białko ogółem: 114.04 g; Tłuszcz: 71.04 g; Węglowodany ogółem: 333.49 g; Sól: 2.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.18 g; suma cukrów prostych: 89.26 g; Błonnik pokarmowy: 32.61 g;

niedziela 2025-12-07		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ser topiony 2 szt. 34g 92), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2867.87 kcal; Białko ogółem: 129.59 g; Tłuszcz: 108.62 g; Węglowodany ogółem: 338.90 g; Sól: 3.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.27 g; suma cukrów prostych: 98.96 g; Błonnik pokarmowy: 31.27 g;

niedziela 2025-12-07		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), gruszka 1 szt., rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2478.42 kcal; Białko ogółem: 102.51 g; Tłuszcz: 79.18 g; Węglowodany ogółem: 347.80 g; Sól: 2.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.38 g; suma cukrów prostych: 100.30 g; Błonnik pokarmowy: 35.47 g;

Dietetyk

.....