

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-12-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. paski 100g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g, kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1),	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2635.84 kcal; Białko ogółem: 109.47 g; Tłuszcz: 59.94 g; Węglowodany ogółem: 422.84 g; Sól: 1.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.27 g; suma cukrów prostych: 124.16 g; Błonnik pokarmowy: 33.49 g;

<b>poniedziałek 2025-12-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2397.30 kcal; Białko ogółem: 94.10 g; Tłuszcz: 54.03 g; Węglowodany ogółem: 387.64 g; Sól: 1.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.77 g; suma cukrów prostych: 116.79 g; Błonnik pokarmowy: 27.05 g;

<b>poniedziałek 2025-12-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2459.20 kcal; Białko ogółem: 96.49 g; Tłuszcz: 59.78 g; Węglowodany ogółem: 388.09 g; Sól: 2.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.35 g; suma cukrów prostych: 118.19 g; Błonnik pokarmowy: 27.05 g;

<b>poniedziałek 2025-12-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

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

<b>poniedziałek 2025-12-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2475.85 kcal; Białko ogółem: 88.51 g; Tłuszcz: 64.56 g; Węglowodany ogółem: 389.52 g; Sól: 1.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.43 g; suma cukrów prostych: 118.67 g; Błonnik pokarmowy: 27.09 g;

<b>poniedziałek 2025-12-08</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Risotto dieta 300g* (13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2465.33 kcal; Białko ogółem: 90.51 g; Tłuszcz: 64.96 g; Węglowodany ogółem: 383.03 g; Sól: 1.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.68 g; suma cukrów prostych: 106.51 g; Błonnik pokarmowy: 29.05 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-12-08		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*	Ziemiaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g, Masło 10g(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

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

poniedziałek 2025-12-08		Jadłospis dla diety: Płynna XIII
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemiaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Mus warzywno-owocowy 100g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

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

poniedziałek 2025-12-08		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemiaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

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

poniedziałek 2025-12-08		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. paski 100g , roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Grejfrut 1/2 szt , Salata 10g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g.
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> podplomyki b/c 2szt.15g (1),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2057.10 kcal; Białko ogółem: 95.58 g; Tłuszcz: 56.96 g; Węglowodany ogółem: 294.69 g; Sól: 1.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.06 g; suma cukrów prostych: 50.30 g; Błonnik pokarmowy: 32.86 g;

poniedziałek 2025-12-08		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Risotto dieta 300g* (13) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g.
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2368.73 kcal; Białko ogółem: 85.16 g; Tłuszcz: 57.92 g; Węglowodany ogółem: 383.74 g; Sól: 1.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.51 g; suma cukrów prostych: 80.60 g; Błonnik pokarmowy: 38.17 g;

poniedziałek 2025-12-08		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemiaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Ryż z jabłkami 350g.* , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1962.35 kcal; Białko ogółem: 48.53 g; Tłuszcz: 60.37 g; Węglowodany ogółem: 305.08 g; Sól: 1.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.67 g; suma cukrów prostych: 116.17 g; Błonnik pokarmowy: 22.41 g;

poniedziałek 2025-12-08		Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , filet pieczony z indyka 60g , pomidor 100g, Napój roślinny 330g*, roszonek 5g ,	Ziemiaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Ryż z jabłkami 350g.* , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

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

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-12-08		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2279.90 kcal; Białko ogółem: 93.96 g; Tłuszcz: 41.15 g; Węglowodany ogółem: 387.39 g; Sól: 1.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.62 g; suma cukrów prostych: 116.58 g; Błonnik pokarmowy: 27.05 g;

poniedziałek 2025-12-08		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), pomidor 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2500.80 kcal; Białko ogółem: 110.22 g; Tłuszcz: 60.08 g; Węglowodany ogółem: 383.73 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.54 g; suma cukrów prostych: 114.36 g; Błonnik pokarmowy: 26.48 g;

poniedziałek 2025-12-08		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. paski 100g, herbata bez cukru 250ml, roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,8,13), makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Grejfrut 1/2 szt, Sałata 10g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, herbata bez cukru 250ml, rukola 5g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2200.65 kcal; Białko ogółem: 108.53 g; Tłuszcz: 46.85 g; Węglowodany ogółem: 336.39 g; Sól: 2.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.37 g; suma cukrów prostych: 66.42 g; Błonnik pokarmowy: 27.05 g;

poniedziałek 2025-12-08		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), ser żółty 60g (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),	Krupnik 350ml(1,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, ser topiony 3 x 17g-51g. (2),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3134.70 kcal; Białko ogółem: 147.57 g; Tłuszcz: 101.19 g; Węglowodany ogółem: 399.99 g; Sól: 3.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.84 g; suma cukrów prostych: 129.78 g; Błonnik pokarmowy: 24.55 g;

poniedziałek 2025-12-08		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2397.30 kcal; Białko ogółem: 94.10 g; Tłuszcz: 54.03 g; Węglowodany ogółem: 387.64 g; Sól: 1.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.77 g; suma cukrów prostych: 116.79 g; Błonnik pokarmowy: 27.05 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2025-12-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, schab duszony 80g w sosie własnym (1),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), ogórek zielony talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podpiłyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2579.60 kcal; Białko ogółem: 116.68 g; Tłuszcz: 78.55 g; Węglowodany ogółem: 364.19 g; Sól: 3.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.61 g; suma cukrów prostych: 103.76 g; Błonnik pokarmowy: 29.88 g;

<b>wtorek 2025-12-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, schab duszony 80g w sosie własnym (1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, podpiłyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2509.55 kcal; Białko ogółem: 117.61 g; Tłuszcz: 67.45 g; Węglowodany ogółem: 367.42 g; Sól: 2.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.79 g; suma cukrów prostych: 103.10 g; Błonnik pokarmowy: 34.38 g;

<b>wtorek 2025-12-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, podpiłyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2377.02 kcal; Białko ogółem: 109.70 g; Tłuszcz: 65.46 g; Węglowodany ogółem: 345.62 g; Sól: 2.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.35 g; suma cukrów prostych: 104.12 g; Błonnik pokarmowy: 33.39 g;

<b>wtorek 2025-12-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, podpiłyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2321.02 kcal; Białko ogółem: 106.87 g; Tłuszcz: 64.27 g; Węglowodany ogółem: 336.42 g; Sól: 2.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.68 g; suma cukrów prostych: 103.15 g; Błonnik pokarmowy: 31.87 g;

<b>wtorek 2025-12-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, twaróg 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, podpiłyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2298.57 kcal; Białko ogółem: 108.51 g; Tłuszcz: 58.30 g; Węglowodany ogółem: 343.88 g; Sól: 2.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.27 g; suma cukrów prostych: 87.31 g; Błonnik pokarmowy: 33.75 g;

<b>wtorek 2025-12-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), twaróg 70g (2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g , jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, podpiłyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2858.15 kcal; Białko ogółem: 145.47 g; Tłuszcz: 87.20 g; Węglowodany ogółem: 371.07 g; Sól: 3.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.99 g; suma cukrów prostych: 105.27 g; Błonnik pokarmowy: 34.38 g;

<b>wtorek 2025-12-09</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajko, masło 350ml,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2435.82 kcal; Białko ogółem: 100.95 g; Tłuszcz: 84.42 g; Węglowodany ogółem: 324.52 g; Sól: 1.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.49 g; suma cukrów prostych: 100.22 g; Błonnik pokarmowy: 31.41 g;

wtorek 2025-12-09 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Ziemiakczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2105.47 kcal; Białko ogółem: 83.09 g; Tłuszcz: 93.59 g; Węglowodany ogółem: 224.53 g; Sól: 2.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.46 g; suma cukrów prostych: 128.35 g; Błonnik pokarmowy: 15.44 g;

wtorek 2025-12-09 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), mus warzywno-owocowy 100g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemiaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2616.45 kcal; Białko ogółem: 112.99 g; Tłuszcz: 77.01 g; Węglowodany ogółem: 373.01 g; Sól: 2.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.85 g; suma cukrów prostych: 114.66 g; Błonnik pokarmowy: 35.86 g;

wtorek 2025-12-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Paszlet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, pomarańcza 1 szt, Ziemiaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony talarki 100g, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> Biszkoptki bez cukru 30g (1,3),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2469.30 kcal; Białko ogółem: 113.41 g; Tłuszcz: 80.46 g; Węglowodany ogółem: 331.31 g; Sól: 3.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.12 g; suma cukrów prostych: 55.20 g; Błonnik pokarmowy: 35.09 g;

wtorek 2025-12-09 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemiaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2683.75 kcal; Białko ogółem: 122.47 g; Tłuszcz: 69.05 g; Węglowodany ogółem: 407.14 g; Sól: 2.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.98 g; suma cukrów prostych: 111.24 g; Błonnik pokarmowy: 45.03 g;

wtorek 2025-12-09 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	szpinakowa z ziemniakami b/gl 350ml (2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g, Ziemiaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1917.82 kcal; Białko ogółem: 91.82 g; Tłuszcz: 60.79 g; Węglowodany ogółem: 254.08 g; Sól: 1.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.06 g; suma cukrów prostych: 81.30 g; Błonnik pokarmowy: 27.01 g;

wtorek 2025-12-09 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, filet pieczony z indyka 60g , kleik z kaszy manny 350ml(1), rukola 5g,	szpinakowa z ziemniakami b/ml 350ml (1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemiaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 50g*, pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1970.12 kcal; Białko ogółem: 99.59 g; Tłuszcz: 33.69 g; Węglowodany ogółem: 325.49 g; Sól: 2.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.04 g; suma cukrów prostych: 65.82 g; Błonnik pokarmowy: 33.15 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-12-09		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), margaryna roślinna lactima 10g , rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2392.15 kcal; Białko ogółem: 117.46 g; Tłuszcz: 54.58 g; Węglowodany ogółem: 367.17 g; Sól: 2.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.64 g; suma cukrów prostych: 102.89 g; Błonnik pokarmowy: 34.38 g;

wtorek 2025-12-09		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynki 150g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Knedle z truskawkami 300g* (1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2680.85 kcal; Białko ogółem: 92.48 g; Tłuszcz: 71.74 g; Węglowodany ogółem: 420.81 g; Sól: 2.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.98 g; suma cukrów prostych: 120.83 g; Błonnik pokarmowy: 37.86 g;

wtorek 2025-12-09		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, pomarańcza 1 szt, Ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g , chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony talarki 100g, roszponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> Biszkopt bez cukru 30g (1,3),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2504.95 kcal; Białko ogółem: 130.04 g; Tłuszcz: 67.87 g; Węglowodany ogółem: 348.84 g; Sól: 2.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.62 g; suma cukrów prostych: 73.26 g; Błonnik pokarmowy: 30.67 g;

wtorek 2025-12-09		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), twarózek 70g (2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2891.20 kcal; Białko ogółem: 149.79 g; Tłuszcz: 91.12 g; Węglowodany ogółem: 365.51 g; Sól: 3.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.49 g; suma cukrów prostych: 122.03 g; Błonnik pokarmowy: 33.80 g;

wtorek 2025-12-09		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2247.70 kcal; Białko ogółem: 104.93 g; Tłuszcz: 61.37 g; Węglowodany ogółem: 327.38 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.35 g; suma cukrów prostych: 85.38 g; Błonnik pokarmowy: 33.80 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2025-12-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), papryka św. paski 100g , Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g (1), roszonek 5g .	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g , sałatka z buraków 120g (3,11,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, schab benedykta 50g, rukola 5g.
	<b>Podwieczerek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2507.59 kcal; Białko ogółem: 89.55 g; Tłuszcz: 83.86 g; Węglowodany ogółem: 355.39 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.05 g; suma cukrów prostych: 92.87 g; Błonnik pokarmowy: 29.69 g;

<b>środa 2025-12-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g.
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2413.96 kcal; Białko ogółem: 89.62 g; Tłuszcz: 83.91 g; Węglowodany ogółem: 333.74 g; Sól: 2.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.70 g; suma cukrów prostych: 74.45 g; Błonnik pokarmowy: 24.69 g;

<b>środa 2025-12-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , rzodkiewka 100g, twarożek 70g (2), rukola 5g.
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2385.26 kcal; Białko ogółem: 106.66 g; Tłuszcz: 81.58 g; Węglowodany ogółem: 314.19 g; Sól: 2.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.63 g; suma cukrów prostych: 78.31 g; Błonnik pokarmowy: 24.11 g;

<b>środa 2025-12-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , rzodkiewka 100g, twarożek 70g (2), rukola 5g.
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2061.03 kcal; Białko ogółem: 96.22 g; Tłuszcz: 61.41 g; Węglowodany ogółem: 286.47 g; Sól: 3.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.87 g; suma cukrów prostych: 69.06 g; Błonnik pokarmowy: 22.76 g;

<b>środa 2025-12-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, twarożek 70g (2), rukola 5g.
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2279.53 kcal; Białko ogółem: 109.66 g; Tłuszcz: 60.99 g; Węglowodany ogółem: 330.57 g; Sól: 3.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.54 g; suma cukrów prostych: 72.01 g; Błonnik pokarmowy: 24.94 g;

<b>środa 2025-12-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), twaróg krajanka 70g (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, twarożek 70g (2),
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2551.16 kcal; Białko ogółem: 117.34 g; Tłuszcz: 84.61 g; Węglowodany ogółem: 338.64 g; Sól: 2.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.10 g; suma cukrów prostych: 78.79 g; Błonnik pokarmowy: 24.69 g;

<b>środa 2025-12-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
---------------------------------------------------------------------------	--	--

**Jadłospisy dla oddziałów**

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2162.49 kcal; Białko ogółem: 91.25 g; Tłuszcz: 74.56 g; Węglowodany ogółem: 285.05 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.81 g; suma cukrów prostych: 79.37 g; Błonnik pokarmowy: 20.37 g;

<b>środa 2025-12-10 Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Masło 15g*(2), bukiet warzyw dieta 150 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2179.21 kcal; Białko ogółem: 79.81 g; Tłuszcz: 85.59 g; Węglowodany ogółem: 266.17 g; Sól: 3.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.86 g; suma cukrów prostych: 99.46 g; Błonnik pokarmowy: 13.33 g;

<b>środa 2025-12-10 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), mus warzywno-owocowy 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2273.90 kcal; Białko ogółem: 90.70 g; Tłuszcz: 66.92 g; Węglowodany ogółem: 332.09 g; Sól: 2.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.82 g; suma cukrów prostych: 73.60 g; Błonnik pokarmowy: 25.86 g;

<b>środa 2025-12-10 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. paski 100g , rozszonka 5g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), gruszka 1 szt., ziemniaki 200g ,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2219.99 kcal; Białko ogółem: 84.15 g; Tłuszcz: 69.58 g; Węglowodany ogółem: 329.38 g; Sól: 1.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.75 g; suma cukrów prostych: 68.83 g; Błonnik pokarmowy: 35.75 g;

<b>środa 2025-12-10 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), surówka z ogórka kisz. 120g(11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2696.84 kcal; Białko ogółem: 95.84 g; Tłuszcz: 86.64 g; Węglowodany ogółem: 397.69 g; Sól: 3.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.23 g; suma cukrów prostych: 81.10 g; Błonnik pokarmowy: 37.35 g;

<b>środa 2025-12-10 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Herbata z cukrem 250ml*,	Zupa dyniowa z ziemniakami b/gl 350ml (2,13), Ziemniaki 200g*, Filet z kurczaka gotowany 80g, buraczki gotowane b/mąki 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2),., rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2327.57 kcal; Białko ogółem: 103.93 g; Tłuszcz: 80.34 g; Węglowodany ogółem: 310.67 g; Sól: 3.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.52 g; suma cukrów prostych: 77.88 g; Błonnik pokarmowy: 24.75 g;

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1923.77 kcal; Białko ogółem: 79.67 g; Tłuszcz: 39.83 g; Węglowodany ogółem: 312.25 g; Sól: 4.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.72 g; suma cukrów prostych: 73.11 g; Błonnik pokarmowy: 23.35 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-12-10		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2296.56 kcal; Białko ogółem: 89.47 g; Tłuszcz: 71.03 g; Węglowodany ogółem: 333.50 g; Sól: 2.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.55 g; suma cukrów prostych: 74.24 g; Błonnik pokarmowy: 24.69 g;

środa 2025-12-10		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), ziemniaki 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2845.40 kcal; Białko ogółem: 119.32 g; Tłuszcz: 85.45 g; Węglowodany ogółem: 404.10 g; Sól: 2.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.27 g; suma cukrów prostych: 90.26 g; Błonnik pokarmowy: 26.66 g;

środa 2025-12-10		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g, papryka św. paski 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ryż na mleku 350 ml*(2), rozspanka 5g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), sałatka z buraków 120g (3,11,13), gruszka 1 szt., ziemniaki 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g (1), margaryna roślinna lactima 10g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2422.99 kcal; Białko ogółem: 96.70 g; Tłuszcz: 63.04 g; Węglowodany ogółem: 378.42 g; Sól: 2.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.79 g; suma cukrów prostych: 94.50 g; Błonnik pokarmowy: 29.86 g;

środa 2025-12-10		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, rzodkiewka 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, twarożek 70g (2), szynka konserwowa 50g (8),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2714.21 kcal; Białko ogółem: 125.97 g; Tłuszcz: 101.92 g; Węglowodany ogółem: 325.98 g; Sól: 3.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.02 g; suma cukrów prostych: 89.23 g; Błonnik pokarmowy: 24.24 g;

środa 2025-12-10		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), jabłko deserowe 1 szt., Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, rzodkiewka 100g, twarożek 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2522.16 kcal; Białko ogółem: 100.38 g; Tłuszcz: 83.88 g; Węglowodany ogółem: 348.34 g; Sól: 1.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.49 g; suma cukrów prostych: 102.79 g; Błonnik pokarmowy: 31.79 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-12-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z sałaty,pomidora i pestkami dyni 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 50g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), surówka porowa 120g(3,11,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), ogórek kiszony 100g, rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, galaretki 250g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2535.49 kcal; Białko ogółem: 110.12 g; Tłuszcz: 102.40 g; Węglowodany ogółem: 303.60 g; Sól: 4.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.32 g; suma cukrów prostych: 68.86 g; Błonnik pokarmowy: 26.90 g;

<b>czwartek 2025-12-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2411.86 kcal; Białko ogółem: 120.08 g; Tłuszcz: 79.58 g; Węglowodany ogółem: 313.55 g; Sól: 3.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.84 g; suma cukrów prostych: 77.14 g; Błonnik pokarmowy: 27.69 g;

<b>czwartek 2025-12-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2297.46 kcal; Białko ogółem: 115.90 g; Tłuszcz: 78.50 g; Węglowodany ogółem: 290.75 g; Sól: 3.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.37 g; suma cukrów prostych: 76.66 g; Błonnik pokarmowy: 27.11 g;

<b>czwartek 2025-12-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2264.30 kcal; Białko ogółem: 92.42 g; Tłuszcz: 75.19 g; Węglowodany ogółem: 313.88 g; Sól: 3.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.23 g; suma cukrów prostych: 77.15 g; Błonnik pokarmowy: 27.82 g;

<b>czwartek 2025-12-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki 350ml.(2,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2338.66 kcal; Białko ogółem: 102.07 g; Tłuszcz: 69.12 g; Węglowodany ogółem: 337.95 g; Sól: 3.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.44 g; suma cukrów prostych: 77.90 g; Błonnik pokarmowy: 29.77 g;

<b>czwartek 2025-12-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, szynka konserwowa 50g (8), rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2473.36 kcal; Białko ogółem: 129.18 g; Tłuszcz: 82.38 g; Węglowodany ogółem: 313.55 g; Sól: 4.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.63 g; suma cukrów prostych: 77.14 g; Błonnik pokarmowy: 27.69 g;

<b>czwartek 2025-12-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2),

## Jadłospisy dla oddziałów

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

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

czwartek 2025-12-11 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

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

czwartek 2025-12-11 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Napój roślinny 330g*,	Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2491.99 kcal; Białko ogółem: 87.29 g; Tłuszcz: 67.90 g; Węglowodany ogółem: 369.35 g; Sól: 3.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.44 g; suma cukrów prostych: 106.96 g; Błonnik pokarmowy: 27.06 g;

czwartek 2025-12-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata b/c 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z sałaty,pomidora i pestkami dyni 100g*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), surówka porowa 120g(3,11,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , Udko gotowane 1szt 200g,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka konserwowa 50g (8), ogórek kiszony 100g, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Podwieczorek:</b> Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2300.29 kcal; Białko ogółem: 101.82 g; Tłuszcz: 86.52 g; Węglowodany ogółem: 290.89 g; Sól: 5.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.09 g; suma cukrów prostych: 36.05 g; Błonnik pokarmowy: 33.65 g;

czwartek 2025-12-11 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), surówka porowa 120g(3,11,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2537.01 kcal; Białko ogółem: 125.32 g; Tłuszcz: 78.24 g; Węglowodany ogółem: 346.86 g; Sól: 3.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.30 g; suma cukrów prostych: 77.44 g; Błonnik pokarmowy: 37.39 g;

czwartek 2025-12-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, pomidor 100g, szynka konserwowa 50g (8), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

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

czwartek 2025-12-11 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), filet pieczony z indyka 60g ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

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

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-12-11		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g, Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszponka 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2294.46 kcal; Białko ogółem: 119.94 g; Tłuszcz: 66.71 g; Węglowodany ogółem: 313.30 g; Sól: 3.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.69 g; suma cukrów prostych: 76.93 g; Błonnik pokarmowy: 27.69 g;

czwartek 2025-12-11		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2393.01 kcal; Białko ogółem: 99.38 g; Tłuszcz: 83.93 g; Węglowodany ogółem: 314.21 g; Sól: 3.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.52 g; suma cukrów prostych: 77.20 g; Błonnik pokarmowy: 27.69 g;

czwartek 2025-12-11		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Sałatka z sałaty, pomidora i pestkami dyni 100g*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), surówka porowa 120g(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, jabłko deserowe 1 szt. , Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 50g (1), szynka konserwowa 50g (8), ogórek kiszony 100g, roszponka 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Podwieczorek:</b> Biszkopt bez cukru 30g (1,3),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2467.44 kcal; Białko ogółem: 112.46 g; Tłuszcz: 80.29 g; Węglowodany ogółem: 334.36 g; Sól: 5.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.18 g; suma cukrów prostych: 77.24 g; Błonnik pokarmowy: 28.80 g;

czwartek 2025-12-11		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, serek homog. naturalny 70g. (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, Ser żółty 50g(2), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2577.86 kcal; Białko ogółem: 137.29 g; Tłuszcz: 99.20 g; Węglowodany ogółem: 292.90 g; Sól: 3.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.95 g; suma cukrów prostych: 78.11 g; Błonnik pokarmowy: 27.11 g;

czwartek 2025-12-11		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, rukola 5g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel 250 g,	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2411.56 kcal; Białko ogółem: 115.94 g; Tłuszcz: 78.50 g; Węglowodany ogółem: 319.27 g; Sól: 3.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.37 g; suma cukrów prostych: 99.38 g; Błonnik pokarmowy: 27.13 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2025-12-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Twarożek z rzodkiewką i szczyptką 170g (2)*, kakao 250ml (1,2), kasza manna na mleku 350ml (1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), roszonek 5g ,	jarzynowa 7-skład. 350ml (1,2,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13),	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rukola 5g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2900.99 kcal; Białko ogółem: 118.46 g; Tłuszcz: 84.11 g; Węglowodany ogółem: 431.81 g; Sól: 2.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.09 g; suma cukrów prostych: 126.29 g; Błonnik pokarmowy: 35.51 g;

<b>piątek 2025-12-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), roszonek 5g ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2293.06 kcal; Białko ogółem: 99.80 g; Tłuszcz: 66.06 g; Węglowodany ogółem: 334.20 g; Sól: 3.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.83 g; suma cukrów prostych: 115.38 g; Błonnik pokarmowy: 26.97 g;

<b>piątek 2025-12-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszonek 5g , kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki b/soli 200g m, Szpinak gotowany 120g(2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g 3 kromki , rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2359.50 kcal; Białko ogółem: 84.83 g; Tłuszcz: 72.90 g; Węglowodany ogółem: 351.14 g; Sól: 2.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.12 g; suma cukrów prostych: 117.77 g; Błonnik pokarmowy: 29.23 g;

<b>piątek 2025-12-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszonek 5g , kasza manna na mleku 350ml (1,2),	ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g 3 kromki , rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2352.48 kcal; Białko ogółem: 94.43 g; Tłuszcz: 57.01 g; Węglowodany ogółem: 376.86 g; Sól: 3.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.76 g; suma cukrów prostych: 101.76 g; Błonnik pokarmowy: 31.92 g;

<b>piątek 2025-12-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, roszonek 5g , kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2476.98 kcal; Białko ogółem: 96.37 g; Tłuszcz: 70.11 g; Węglowodany ogółem: 375.30 g; Sól: 2.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.36 g; suma cukrów prostych: 99.40 g; Błonnik pokarmowy: 28.44 g;

<b>piątek 2025-12-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszonek 5g , kasza manna na mleku 350ml (1,2), pomidor 100g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2703.56 kcal; Białko ogółem: 122.65 g; Tłuszcz: 72.66 g; Węglowodany ogółem: 402.70 g; Sól: 3.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.69 g; suma cukrów prostych: 122.65 g; Błonnik pokarmowy: 32.97 g;

<b>piątek 2025-12-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
kakao 250ml (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, szpinak gotowany 150g (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2124.28 kcal; Białko ogółem: 85.18 g; Tłuszcz: 61.92 g; Węglowodany ogółem: 316.02 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.89 g; suma cukrów prostych: 78.87 g; Błonnik pokarmowy: 28.57 g;

piątek 2025-12-12 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2053.02 kcal; Białko ogółem: 85.27 g; Tłuszcz: 84.27 g; Węglowodany ogółem: 236.72 g; Sól: 2.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.36 g; suma cukrów prostych: 74.25 g; Błonnik pokarmowy: 17.70 g;

piątek 2025-12-12 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), kasza manna na mleku 350ml (1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), Szpinak gotowany 120g(2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2557.25 kcal; Białko ogółem: 88.08 g; Tłuszcz: 66.42 g; Węglowodany ogółem: 410.45 g; Sól: 2.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.22 g; suma cukrów prostych: 124.27 g; Błonnik pokarmowy: 33.27 g;

piątek 2025-12-12 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kakao b/c 250ml (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, roszonek 5g ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), kiwi 1szt., Kompot z owoców mroz. b/c 250ml*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> podpiomyki b/c 2szt. 15g (1),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

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

piątek 2025-12-12 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homog.naturalny 70g. (2), roszonek 5g , kasza manna na mleku 350ml (1,2), pomidor 100g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), surówka meksykańska 120g (3,11,13), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2781.59 kcal; Białko ogółem: 117.64 g; Tłuszcz: 71.22 g; Węglowodany ogółem: 434.15 g; Sól: 3.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.91 g; suma cukrów prostych: 123.60 g; Błonnik pokarmowy: 42.07 g;

piątek 2025-12-12 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), roszonek 5g , Ryż na mleku 350 ml*(2), pomidor 100g,	selerowa z ziemniakami b/mąki 350ml (2,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), filet z dorsza parowany 100g (4,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rukola 5g, filet pieczony z indyka 60g , rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1752.08 kcal; Białko ogółem: 81.13 g; Tłuszcz: 56.44 g; Węglowodany ogółem: 241.39 g; Sól: 2.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.36 g; suma cukrów prostych: 82.43 g; Błonnik pokarmowy: 23.11 g;

piątek 2025-12-12 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g , pomidor 100g,	selerowa z ziemniakami 350ml b/ml(1,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Szpinak 120 g, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, rukola 5g, rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2047.65 kcal; Białko ogółem: 73.58 g; Tłuszcz: 34.38 g; Węglowodany ogółem: 367.44 g; Sól: 3.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.53 g; suma cukrów prostych: 97.83 g; Błonnik pokarmowy: 30.71 g;

piątek 2025-12-12 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , szynka piastowska 50g(8), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), roszonek 5g ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2175.66 kcal; Białko ogółem: 99.66 g; Tłuszcz: 53.19 g; Węglowodany ogółem: 333.95 g; Sól: 3.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.68 g; suma cukrów prostych: 115.17 g; Błonnik pokarmowy: 26.97 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-12-12			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rozszponka 5g, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, ser żółty 60g (2), rzodkiewka 100g,			
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2555.36 kcal; Białko ogółem: 117.19 g; Tłuszcz: 87.41 g; Węglowodany ogółem: 334.71 g; Sól: 3.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.01 g; suma cukrów prostych: 116.84 g; Błonnik pokarmowy: 26.97 g;

piątek 2025-12-12			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g, Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, kakao 250ml (1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), rozszponka 5g, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), kiwi 1szt., Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, kajzerka 50g (1), margaryna roślinna lactima 10g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,			
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> podpiłomyki b/c 2szt.15g (1),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2113.74 kcal; Białko ogółem: 112.11 g; Tłuszcz: 61.94 g; Węglowodany ogółem: 281.63 g; Sól: 3.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.42 g; suma cukrów prostych: 70.73 g; Błonnik pokarmowy: 26.15 g;

piątek 2025-12-12			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), pomidor 100g, szynka piastowska 50g(8), kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, rukola 5g, ser żółty 60g (2), twaróg krajanka 70g (2),			
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2658.16 kcal; Białko ogółem: 130.98 g; Tłuszcz: 98.18 g; Węglowodany ogółem: 309.06 g; Sól: 3.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.11 g; suma cukrów prostych: 115.33 g; Błonnik pokarmowy: 23.89 g;

piątek 2025-12-12			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka piastowska 50g(8), kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, rukola 5g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),			
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2073.81 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz: 64.74 g; Węglowodany ogółem: 285.22 g; Sól: 2.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.31 g; suma cukrów prostych: 92.13 g; Błonnik pokarmowy: 23.32 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-12-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. paski 100g , rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 50g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), sos spaghetti 180g z mięsem i warzywami* (1,13), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron 200g (1,3),	Masło 15g*(2), herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta rybna z twarogiem 70g (2,4), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Grejfrut 1/2 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2621.26 kcal; Białko ogółem: 108.96 g; Tłuszcz: 85.16 g; Węglowodany ogółem: 367.57 g; Sól: 2.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.99 g; suma cukrów prostych: 77.89 g; Błonnik pokarmowy: 32.00 g;

<b>sobota 2025-12-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Sałatka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Makaron z sosem mięsno-warzywnym 350g* (1,3,13),	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2589.60 kcal; Białko ogółem: 107.63 g; Tłuszcz: 80.15 g; Węglowodany ogółem: 370.37 g; Sól: 2.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.42 g; suma cukrów prostych: 80.25 g; Błonnik pokarmowy: 30.54 g;

<b>sobota 2025-12-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), bukiet warzyw dieta 120g,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2249.36 kcal; Białko ogółem: 91.30 g; Tłuszcz: 88.61 g; Węglowodany ogółem: 274.56 g; Sól: 2.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.08 g; suma cukrów prostych: 81.35 g; Błonnik pokarmowy: 26.32 g;

<b>sobota 2025-12-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), bukiet warzyw dieta 120g, Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), ziemniaki 200g*,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , twarózek 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2415.16 kcal; Białko ogółem: 104.63 g; Tłuszcz: 76.62 g; Węglowodany ogółem: 337.77 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.55 g; suma cukrów prostych: 84.35 g; Błonnik pokarmowy: 31.12 g;

<b>sobota 2025-12-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, potrawka drobiowa 150g (1,2,13), bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 200g*,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), papryka św. paski 100g , roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2620.36 kcal; Białko ogółem: 102.61 g; Tłuszcz: 87.45 g; Węglowodany ogółem: 362.54 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.89 g; suma cukrów prostych: 85.38 g; Błonnik pokarmowy: 32.90 g;

<b>sobota 2025-12-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Rzodkiew biała 100g , serek homo owocowy 70g (2), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Makaron z sosem mięsno-warzywnym 350g* (1,3,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3001.80 kcal; Białko ogółem: 137.64 g; Tłuszcz: 99.40 g; Węglowodany ogółem: 388.68 g; Sól: 2.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.99 g; suma cukrów prostych: 96.47 g; Błonnik pokarmowy: 29.71 g;

<b>sobota 2025-12-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
----------------------------------------------------------------------------	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1938.87 kcal; Białko ogółem: 64.83 g; Tłuszcz: 65.95 g; Węglowodany ogółem: 284.95 g; Sól: 3.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.71 g; suma cukrów prostych: 60.39 g; Błonnik pokarmowy: 24.42 g;

sobota 2025-12-13 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemiaki 200 g, Jarzynka gotowana 150g*,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2028.60 kcal; Białko ogółem: 76.92 g; Tłuszcz: 78.23 g; Węglowodany ogółem: 257.39 g; Sól: 5.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.78 g; suma cukrów prostych: 87.84 g; Błonnik pokarmowy: 17.82 g;

sobota 2025-12-13 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2133.20 kcal; Białko ogółem: 94.23 g; Tłuszcz: 72.67 g; Węglowodany ogółem: 279.87 g; Sól: 2.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.34 g; suma cukrów prostych: 86.84 g; Błonnik pokarmowy: 25.89 g;

sobota 2025-12-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. paski 100g , rukola 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), gruszka 1 szt., Grejfrut 1/2 szt , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Makaron razowy z sosem mięsno-warzywnym 350g* (1,3,13), brokuły z wody 120 g,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pasta rybna z twarogiem 70g (2,4), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2427.91 kcal; Białko ogółem: 100.03 g; Tłuszcz: 71.58 g; Węglowodany ogółem: 355.53 g; Sól: 1.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.17 g; suma cukrów prostych: 74.55 g; Błonnik pokarmowy: 42.97 g;

sobota 2025-12-13 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, gruszka 1 szt., Makaron razowy z sosem mięsno-warzywnym 350g* (1,3,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2703.35 kcal; Białko ogółem: 118.70 g; Tłuszcz: 77.12 g; Węglowodany ogółem: 393.76 g; Sól: 2.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.81 g; suma cukrów prostych: 89.97 g; Błonnik pokarmowy: 35.66 g;

sobota 2025-12-13 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Ryż na mleku 350 ml*(2), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami b/gl 350ml (8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Jajko sadzone 1szt*(3), bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twarózek 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1811.65 kcal; Białko ogółem: 75.06 g; Tłuszcz: 69.01 g; Węglowodany ogółem: 227.78 g; Sól: 3.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.48 g; suma cukrów prostych: 60.96 g; Błonnik pokarmowy: 21.94 g;

sobota 2025-12-13 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., polędwica sopocka 50g(1,8), Rzodkiew biała 100g , rukola 5g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), czarnuszka 2g,	Koperkowa z ziemniakami b/ml 350ml (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g,	herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, schab na kartki 50g*, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),

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

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-12-13			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Rzodkiew biała 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,		Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Makaron z sosem mięsno-warzywnym 350g* (1,3,13),		herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rozspanka 5g,	
		Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2419.45 kcal; Białko ogółem: 111.64 g; Tłuszcz: 58.19 g; Węglowodany ogółem: 372.93 g; Sól: 2.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.93 g; suma cukrów prostych: 82.24 g; Błonnik pokarmowy: 29.71 g;

sobota 2025-12-13			Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Rzodkiew biała 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,		Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana 100g,		herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rozspanka 5g,	
		Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2554.05 kcal; Białko ogółem: 110.05 g; Tłuszcz: 76.74 g; Węglowodany ogółem: 360.42 g; Sól: 2.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.40 g; suma cukrów prostych: 93.57 g; Błonnik pokarmowy: 27.85 g;

sobota 2025-12-13			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),		Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Grejfrut 1/2 szt, Makaron razowy z sosem mięsno-warzywnym 350g* (1,3,13),		Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 50g (1), Pasta rybna z twarogiem 70g (2,4), papryka św. paski 100g, rozspanka 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),	
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,		Podwieczorek: Mus warzywno-owocowy 100g*,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2526.11 kcal; Białko ogółem: 111.84 g; Tłuszcz: 67.36 g; Węglowodany ogółem: 374.14 g; Sól: 2.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.99 g; suma cukrów prostych: 98.67 g; Błonnik pokarmowy: 33.81 g;

sobota 2025-12-13			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g -, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Rzodkiew biała 100g, Twaróg 100g (2), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,		Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, brokuły z wody 120 g, Makaron z sosem mięsno-warzywnym 350g* (1,3,13),		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rozspanka 5g,	
				Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3027.80 kcal; Białko ogółem: 141.80 g; Tłuszcz: 100.08 g; Węglowodany ogółem: 389.12 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.73 g; suma cukrów prostych: 114.01 g; Błonnik pokarmowy: 29.53 g;

sobota 2025-12-13			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), jabłko deserowe 1 szt., Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), czarnuszka 2g,		Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, mandarynka 1 szt., Makaron z sosem mięsno-warzywnym 350g* (1,3,13),		herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, papryka św. paski 100g, ser żółty 60g (2), rozspanka 5g,	
				Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2690.65 kcal; Białko ogółem: 112.62 g; Tłuszcz: 92.09 g; Węglowodany ogółem: 362.59 g; Sól: 2.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.86 g; suma cukrów prostych: 95.08 g; Błonnik pokarmowy: 28.97 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-12-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z ogórka, salaty zielonej i nasionami słonecznika 100g*, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka panier. 100g*(1,3,13), Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

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

<b>niedziela 2025-12-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

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

<b>niedziela 2025-12-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Grysiowa 300ml (1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki b/soli 200g m, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2256.48 kcal; Białko ogółem: 109.90 g; Tłuszcz: 61.10 g; Węglowodany ogółem: 325.87 g; Sól: 3.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.38 g; suma cukrów prostych: 97.51 g; Błonnik pokarmowy: 27.36 g;

<b>niedziela 2025-12-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2551.05 kcal; Białko ogółem: 105.49 g; Tłuszcz: 80.11 g; Węglowodany ogółem: 363.24 g; Sól: 3.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.35 g; suma cukrów prostych: 94.05 g; Błonnik pokarmowy: 31.18 g;

<b>niedziela 2025-12-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony talarki 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2490.35 kcal; Białko ogółem: 113.88 g; Tłuszcz: 67.80 g; Węglowodany ogółem: 366.38 g; Sól: 2.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.92 g; suma cukrów prostych: 97.85 g; Błonnik pokarmowy: 29.30 g;

<b>niedziela 2025-12-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twaróg 100g (2), rukola 5g, serek homo owocowy 70g (2),
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2839.49 kcal; Białko ogółem: 151.28 g; Tłuszcz: 84.51 g; Węglowodany ogółem: 380.05 g; Sól: 3.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.78 g; suma cukrów prostych: 114.96 g; Błonnik pokarmowy: 32.25 g;

<b>niedziela 2025-12-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
-------------------------------------------------------------------------------	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

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

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

niedziela 2025-12-14 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

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

niedziela 2025-12-14 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Jarzynka gotowana 100g * (1,2,13), Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

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

niedziela 2025-12-14 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Salátka z ogórka, sałaty zielonej i nasionami słonecznika 100g*, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	połędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

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

niedziela 2025-12-14 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rosłonka 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, salátka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), połędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), papryka św. paski 100g , rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2645.39 kcal; Białko ogółem: 117.36 g; Tłuszcz: 78.20 g; Węglowodany ogółem: 383.76 g; Sól: 3.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.21 g; suma cukrów prostych: 101.51 g; Błonnik pokarmowy: 39.89 g;

niedziela 2025-12-14 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), mandarynka 1 szt., Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. b/mąki(2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, filet pieczony z indyka 60g , rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1753.89 kcal; Białko ogółem: 85.12 g; Tłuszcz: 51.39 g; Węglowodany ogółem: 248.13 g; Sól: 4.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.00 g; suma cukrów prostych: 85.05 g; Błonnik pokarmowy: 21.99 g;

niedziela 2025-12-14 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka 100g, schab na kartki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rosłonka 5g ,	ziemniaczana b/ml 400ml (1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	miód 1 szt.(25g), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), mandarynka 1 szt.,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

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

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-12-14		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	serek homog.naturalny 70g. (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2342.89 kcal; Białko ogółem: 123.16 g; Tłuszcz: 46.85 g; Węglowodany ogółem: 368.72 g; Sól: 2.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.16 g; suma cukrów prostych: 103.92 g; Błonnik pokarmowy: 32.19 g;

niedziela 2025-12-14		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, marchew gotowana 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2595.57 kcal; Białko ogółem: 90.90 g; Tłuszcz: 78.91 g; Węglowodany ogółem: 387.34 g; Sól: 2.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.92 g; suma cukrów prostych: 107.34 g; Błonnik pokarmowy: 26.58 g;

niedziela 2025-12-14		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), szynka konserwowa 50g (8), Sałatka z ogórka, sałaty zielonej i nasionami słonecznika 100g*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), kajzerka 50g (1), pomidor 100g, margaryna roślinna lactima 10g , rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

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

niedziela 2025-12-14		
Jadłospis dla diety: Mukowicydoza XVI		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rzodkiewka 100g, Parówka na gorąco 1szt-60g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, ser żółty 60g (2), rukola 5g, polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3056.69 kcal; Białko ogółem: 143.96 g; Tłuszcz: 112.97 g; Węglowodany ogółem: 366.60 g; Sól: 4.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.48 g; suma cukrów prostych: 100.62 g; Błonnik pokarmowy: 32.25 g;

niedziela 2025-12-14		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, Parówka na gorąco 1szt-60g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	ser żółty 60g (2), Masło 15g*(2), papryka św. 50g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> kiwi 1szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2557.84 kcal; Białko ogółem: 112.67 g; Tłuszcz: 87.23 g; Węglowodany ogółem: 341.39 g; Sól: 3.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.71 g; suma cukrów prostych: 77.90 g; Błonnik pokarmowy: 31.03 g;

Dietetyk

.....