

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-12-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), polędwica sopocka 50g(1,8), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g.	fasolowa z ziemniakami 350ml**(1,8,13), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Paszтет z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g.
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3114.41 kcal; Białko ogółem: 92.48 g; Tłuszcz: 74.52 g; Węglowodany ogółem: 456.98 g; Sól: 3.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.90 g; suma cukrów prostych: 125.71 g; Błonnik pokarmowy: 34.84 g;

<b>poniedziałek 2025-12-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g.	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2828.70 kcal; Białko ogółem: 80.57 g; Tłuszcz: 63.98 g; Węglowodany ogółem: 414.57 g; Sól: 2.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.85 g; suma cukrów prostych: 114.84 g; Błonnik pokarmowy: 23.66 g;

<b>poniedziałek 2025-12-15</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), rzodkiewka talarki 100g, twarożek 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g.	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z jogurtem (2) 80g,	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>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2809.30 kcal; Białko ogółem: 83.63 g; Tłuszcz: 62.38 g; Węglowodany ogółem: 416.77 g; Sól: 2.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.27 g; suma cukrów prostych: 116.76 g; Błonnik pokarmowy: 23.66 g;

<b>poniedziałek 2025-12-15</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), twarożek 70g (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g.	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, 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>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2455.22 kcal; Białko ogółem: 92.57 g; Tłuszcz: 71.09 g; Węglowodany ogółem: 372.38 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.17 g; suma cukrów prostych: 105.30 g; Błonnik pokarmowy: 29.84 g;

<b>poniedziałek 2025-12-15</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), twarożek 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g.	Ziemniaczana 400ml* (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>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2486.38 kcal; Białko ogółem: 93.16 g; Tłuszcz: 72.56 g; Węglowodany ogółem: 377.19 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.11 g; suma cukrów prostych: 104.59 g; Błonnik pokarmowy: 31.61 g;

<b>poniedziałek 2025-12-15</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), polędwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka talarki 100g, twarożek 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszonek 5g.	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2897.30 kcal; Białko ogółem: 94.43 g; Tłuszcz: 64.33 g; Węglowodany ogółem: 417.02 g; Sól: 2.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.05 g; suma cukrów prostych: 117.01 g; Błonnik pokarmowy: 23.66 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-12-15		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV
Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3), Herbata z cukrem 250ml*,	Ziemiaczana 400ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemiaki 200g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Herbata z cukrem 250ml*, Ziemiaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2319.83 kcal; Białko ogółem: 98.17 g; Tłuszcz: 80.74 g; Węglowodany ogółem: 306.59 g; Sól: 1.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.50 g; suma cukrów prostych: 85.03 g; Błonnik pokarmowy: 31.49 g;

poniedziałek 2025-12-15		Jadłospis dla diety: Płynna XIII
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemiaczana 400ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1873.18 kcal; Białko ogółem: 71.97 g; Tłuszcz: 83.11 g; Węglowodany ogółem: 200.27 g; Sól: 1.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.90 g; suma cukrów prostych: 105.90 g; Błonnik pokarmowy: 21.41 g;

poniedziałek 2025-12-15		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*, roszonek 5g ,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Ziemiaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kiełbasa szynkowa 50g (1,2,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2800.07 kcal; Białko ogółem: 107.84 g; Tłuszcz: 72.47 g; Węglowodany ogółem: 432.70 g; Sól: 2.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.65 g; suma cukrów prostych: 111.31 g; Błonnik pokarmowy: 36.76 g;

poniedziałek 2025-12-15		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Risotto dieta 300g* (13) , Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, pomarańcza 1 szt, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g*(2),	<b>Podwieczorek:</b> podplomyki b/c 2szt.15g (1),	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2113.98 kcal; Białko ogółem: 87.95 g; Tłuszcz: 63.72 g; Węglowodany ogółem: 301.29 g; Sól: 1.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.68 g; suma cukrów prostych: 36.51 g; Błonnik pokarmowy: 31.87 g;

poniedziałek 2025-12-15		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V
herbata bez cukru 250ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Kompot z owoców mroz. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. paski 100g , rukola 5g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2484.47 kcal; Białko ogółem: 113.43 g; Tłuszcz: 63.99 g; Węglowodany ogółem: 365.91 g; Sól: 2.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.86 g; suma cukrów prostych: 102.24 g; Błonnik pokarmowy: 33.92 g;

poniedziałek 2025-12-15		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	Jarzynowa z ziemniakami b/gl 350 (2,13), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homogeny naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2569.21 kcal; Białko ogółem: 64.81 g; Tłuszcz: 60.82 g; Węglowodany ogółem: 378.25 g; Sól: 3.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.80 g; suma cukrów prostych: 128.71 g; Błonnik pokarmowy: 26.47 g;

poniedziałek 2025-12-15		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 , dżem 50g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g , rzodkiewka talarki 100g,	Ziemiaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Risotto 300g*(13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 60g , pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2179.43 kcal; Białko ogółem: 71.69 g; Tłuszcz: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 407.49 g; Sól: 3.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.09 g; suma cukrów prostych: 114.82 g; Błonnik pokarmowy: 34.31 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-12-15			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 , polędwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka talarki 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,		Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z jogurtem (2) 80g,		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), pomidor 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2711.30 kcal; Białko ogółem: 80.42 g; Tłuszcz: 51.10 g; Węglowodany ogółem: 414.33 g; Sól: 2.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.70 g; suma cukrów prostych: 114.63 g; Błonnik pokarmowy: 23.66 g;

poniedziałek 2025-12-15			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,		Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Salata zielona z jogurtem (2) 80g,		Herbata 250g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3028.30 kcal; Białko ogółem: 102.09 g; Tłuszcz: 74.43 g; Węglowodany ogółem: 420.07 g; Sól: 2.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.67 g; suma cukrów prostych: 122.47 g; Błonnik pokarmowy: 22.89 g;

poniedziałek 2025-12-15			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), margaryna roślinna lactima 10g , polędwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka talarki 100g, Herbata bez cukru 250g, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,		Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, pomarańcza 1 szt,		kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony talarki 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g,	
II Śniadanie: Kefir 150g*(2),		Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt.15g (1),		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2689.72 kcal; Białko ogółem: 83.89 g; Tłuszcz: 56.73 g; Węglowodany ogółem: 395.31 g; Sól: 2.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.27 g; suma cukrów prostych: 99.00 g; Błonnik pokarmowy: 26.66 g;

poniedziałek 2025-12-15			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rzodkiewka talarki 100g, twarożek 70g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Ser żółty 50g(2), roszponka 5g ,		Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), miód 2szt. (50g), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3396.30 kcal; Białko ogółem: 109.43 g; Tłuszcz: 94.58 g; Węglowodany ogółem: 453.42 g; Sól: 3.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.22 g; suma cukrów prostych: 152.51 g; Błonnik pokarmowy: 22.46 g;

poniedziałek 2025-12-15			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka talarki 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,		Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z jogurtem (2) 80g,		Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno-żytni 80g 3 kromki , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,	
		Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2714.30 kcal; Białko ogółem: 76.39 g; Tłuszcz: 62.90 g; Węglowodany ogółem: 391.77 g; Sól: 2.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.38 g; suma cukrów prostych: 114.36 g; Błonnik pokarmowy: 23.08 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2025-12-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rosółka 5g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka panier. 100g*(1,3,13), ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, paprykarz 70g (4,8), Masło 15g*(2), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2710.74 kcal; Białko ogółem: 101.54 g; Tłuszcz: 95.04 g; Węglowodany ogółem: 367.39 g; Sól: 4.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.08 g; suma cukrów prostych: 94.08 g; Błonnik pokarmowy: 28.53 g;

<b>wtorek 2025-12-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rosółka 5g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2327.66 kcal; Białko ogółem: 111.62 g; Tłuszcz: 59.37 g; Węglowodany ogółem: 347.84 g; Sól: 2.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.68 g; suma cukrów prostych: 84.11 g; Błonnik pokarmowy: 30.87 g;

<b>wtorek 2025-12-16</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, twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350ml (1,2), rosółka 5g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), 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), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2295.36 kcal; Białko ogółem: 112.41 g; Tłuszcz: 65.40 g; Węglowodany ogółem: 324.67 g; Sól: 3.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.48 g; suma cukrów prostych: 86.13 g; Błonnik pokarmowy: 28.95 g;

<b>wtorek 2025-12-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350ml (1,2), pomidor 100g, rosółka 5g ,	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> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2312.70 kcal; Białko ogółem: 104.72 g; Tłuszcz: 65.78 g; Węglowodany ogółem: 337.05 g; Sól: 2.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.07 g; suma cukrów prostych: 79.70 g; Błonnik pokarmowy: 29.91 g;

<b>wtorek 2025-12-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350ml (1,2), pomidor 100g, rosółka 5g ,	Ziemniaczana 400ml* (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), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2343.86 kcal; Białko ogółem: 105.31 g; Tłuszcz: 67.24 g; Węglowodany ogółem: 341.86 g; Sól: 2.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.01 g; suma cukrów prostych: 78.99 g; Błonnik pokarmowy: 31.68 g;

<b>wtorek 2025-12-16</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), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350ml (1,2), serek homog.naturalny 70g. (2), rosółka 5g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), 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), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, serek homog.naturalny 70g. (2),
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2554.46 kcal; Białko ogółem: 129.40 g; Tłuszcz: 74.77 g; Węglowodany ogółem: 352.04 g; Sól: 3.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.83 g; suma cukrów prostych: 86.91 g; Błonnik pokarmowy: 30.87 g;

<b>wtorek 2025-12-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g, masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2), Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13),

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2421.35 kcal; Białko ogółem: 95.14 g; Tłuszcz: 100.17 g; Węglowodany ogółem: 293.73 g; Sól: 2.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.41 g; suma cukrów prostych: 65.64 g; Błonnik pokarmowy: 26.88 g;

wtorek 2025-12-16 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Ziemniaczana 400ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Woda mineralna 500ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1815.38 kcal; Białko ogółem: 73.70 g; Tłuszcz: 63.84 g; Węglowodany ogółem: 240.25 g; Sól: 1.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.57 g; suma cukrów prostych: 84.64 g; Błonnik pokarmowy: 17.10 g;

wtorek 2025-12-16 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), mus warzywno-owocowy 100g, twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2558.50 kcal; Białko ogółem: 96.11 g; Tłuszcz: 76.95 g; Węglowodany ogółem: 378.68 g; Sól: 2.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.04 g; suma cukrów prostych: 112.79 g; Błonnik pokarmowy: 33.31 g;

wtorek 2025-12-16 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
Herbata b/c 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszonek 5g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 150ml ,	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> twarożek 60g (2), Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2178.49 kcal; Białko ogółem: 110.70 g; Tłuszcz: 63.22 g; Węglowodany ogółem: 298.30 g; Sól: 4.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.61 g; suma cukrów prostych: 64.61 g; Błonnik pokarmowy: 31.74 g;

wtorek 2025-12-16 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350ml (1,2), roszonek 5g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2230.89 kcal; Białko ogółem: 107.49 g; Tłuszcz: 61.04 g; Węglowodany ogółem: 323.10 g; Sól: 2.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.12 g; suma cukrów prostych: 83.20 g; Błonnik pokarmowy: 29.81 g;

wtorek 2025-12-16 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g ,	Pomidorowa z ryżem b/mąki 350ml (2,8,13), Ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g,	Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2284.40 kcal; Białko ogółem: 97.04 g; Tłuszcz: 74.62 g; Węglowodany ogółem: 308.97 g; Sól: 2.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.74 g; suma cukrów prostych: 93.47 g; Błonnik pokarmowy: 30.44 g;

wtorek 2025-12-16 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, miód 2szt. (50g), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	Pomidorowa z ryżem b/mleka 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), Ziemniaki 200g*, Szpinak 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	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> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2317.30 kcal; Białko ogółem: 80.48 g; Tłuszcz: 36.47 g; Węglowodany ogółem: 416.52 g; Sól: 5.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.31 g; suma cukrów prostych: 100.86 g; Błonnik pokarmowy: 31.60 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-12-16		
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 , pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350ml (1,2), roszponka 5g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2210.26 kcal; Białko ogółem: 111.47 g; Tłuszcz: 46.49 g; Węglowodany ogółem: 347.59 g; Sól: 2.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.52 g; suma cukrów prostych: 83.90 g; Błonnik pokarmowy: 30.87 g;

wtorek 2025-12-16		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kasza manna na mleku 350ml (1,2), roszponka 5g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2410.05 kcal; Białko ogółem: 81.75 g; Tłuszcz: 68.65 g; Węglowodany ogółem: 369.41 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.94 g; suma cukrów prostych: 96.91 g; Błonnik pokarmowy: 29.64 g;

wtorek 2025-12-16		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata b/c 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 150ml ,	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> twarożek 60g (2), Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2061.09 kcal; Białko ogółem: 110.55 g; Tłuszcz: 50.35 g; Węglowodany ogółem: 298.05 g; Sól: 4.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.46 g; suma cukrów prostych: 64.40 g; Błonnik pokarmowy: 31.74 g;

wtorek 2025-12-16		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), kasza manna na mleku 350ml (1,2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszponka 5g , ser żółty 60g (2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, serek homog.naturalny 70g. (2), ser topiony 3 x 17g-51g. (2),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2961.46 kcal; Białko ogółem: 154.03 g; Tłuszcz: 113.27 g; Węglowodany ogółem: 330.62 g; Sól: 4.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.12 g; suma cukrów prostych: 86.95 g; Błonnik pokarmowy: 30.29 g;

wtorek 2025-12-16		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), miód 1 szt.(25g), kasza manna na mleku 350ml (1,2), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka duszony 80g w sosie własnym 100g (1,13), ziemniaki 200g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2402.76 kcal; Białko ogółem: 111.52 g; Tłuszcz: 60.35 g; Węglowodany ogółem: 363.08 g; Sól: 2.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.61 g; suma cukrów prostych: 101.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.37 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2025-12-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), Masło 20g* (2), rozszponka 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), gulasz po cygańsku 160g (1,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kasza jęczmienna 200g*(1),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynki 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, galaretką 250g, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2363.73 kcal; Białko ogółem: 99.06 g; Tłuszcz: 86.78 g; Węglowodany ogółem: 307.86 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.47 g; suma cukrów prostych: 78.46 g; Błonnik pokarmowy: 28.44 g;

<b>środa 2025-12-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200g*(1),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), rukola 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynki 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2269.50 kcal; Białko ogółem: 95.06 g; Tłuszcz: 73.45 g; Węglowodany ogółem: 313.21 g; Sól: 2.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.28 g; suma cukrów prostych: 90.34 g; Błonnik pokarmowy: 29.96 g;

<b>środa 2025-12-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200g*(1),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), rukola 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynki 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2279.92 kcal; Białko ogółem: 100.93 g; Tłuszcz: 73.74 g; Węglowodany ogółem: 309.35 g; Sól: 2.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.74 g; suma cukrów prostych: 91.45 g; Błonnik pokarmowy: 29.81 g;

<b>środa 2025-12-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 20g* (2), pomidor 100g, rozszponka 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), rukola 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynki 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2362.97 kcal; Białko ogółem: 104.28 g; Tłuszcz: 63.24 g; Węglowodany ogółem: 351.51 g; Sól: 2.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.85 g; suma cukrów prostych: 90.08 g; Błonnik pokarmowy: 31.28 g;

<b>środa 2025-12-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), rukola 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynki 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2349.43 kcal; Białko ogółem: 104.07 g; Tłuszcz: 63.49 g; Węglowodany ogółem: 347.09 g; Sól: 3.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.15 g; suma cukrów prostych: 91.46 g; Błonnik pokarmowy: 31.41 g;

<b>środa 2025-12-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200g*(1),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, twarożek 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rukola 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynki 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2382.90 kcal; Białko ogółem: 103.95 g; Tłuszcz: 81.15 g; Węglowodany ogółem: 315.31 g; Sól: 2.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.86 g; suma cukrów prostych: 91.74 g; Błonnik pokarmowy: 29.96 g;

<b>środa 2025-12-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
---	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Kawa zbożowa z mlekkiem 250ml* (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Masło 5g(2), Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2),	Grycikowa 350ml*(1,8,13), brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Masło 5g(2),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2228.79 kcal; Białko ogółem: 85.99 g; Tłuszcz: 72.28 g; Węglowodany ogółem: 313.51 g; Sól: 1.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.35 g; suma cukrów prostych: 98.72 g; Błonnik pokarmowy: 28.92 g;

środa 2025-12-17 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2100.10 kcal; Białko ogółem: 76.40 g; Tłuszcz: 78.73 g; Węglowodany ogółem: 266.32 g; Sól: 1.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.87 g; suma cukrów prostych: 109.11 g; Błonnik pokarmowy: 21.24 g;

środa 2025-12-17 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, mus warzywno-owocowy 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynki 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskwopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2201.06 kcal; Białko ogółem: 90.72 g; Tłuszcz: 72.12 g; Węglowodany ogółem: 298.13 g; Sól: 2.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.78 g; suma cukrów prostych: 92.62 g; Błonnik pokarmowy: 28.41 g;

środa 2025-12-17 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), Masło 20g* (2), roszponka 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mandarynki 2 szt., Kasza gryczana 200 g,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata bez cukru 250g, Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2420.08 kcal; Białko ogółem: 106.60 g; Tłuszcz: 87.51 g; Węglowodany ogółem: 306.05 g; Sól: 2.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.19 g; suma cukrów prostych: 69.94 g; Błonnik pokarmowy: 37.01 g;

środa 2025-12-17 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kasza gryczana 200 g, Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Gulasz drobiowy 150g* (1,13),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata z cukrem 250ml*, twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynki 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2455.90 kcal; Białko ogółem: 103.20 g; Tłuszcz: 74.77 g; Węglowodany ogółem: 354.31 g; Sól: 1.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.01 g; suma cukrów prostych: 91.60 g; Błonnik pokarmowy: 42.46 g;

środa 2025-12-17 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	ziemniaczana b-mąki350ml*(2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), rukola 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynki 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> wafle ryżowe 60g(8), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2075.52 kcal; Białko ogółem: 88.63 g; Tłuszcz: 61.11 g; Węglowodany ogółem: 299.80 g; Sól: 2.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.02 g; suma cukrów prostych: 87.65 g; Błonnik pokarmowy: 26.88 g;

środa 2025-12-17 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 , Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kasza jęczmienna 200g*(1), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , miód 1 szt.(25g), rukola 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynki 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2074.22 kcal; Białko ogółem: 66.71 g; Tłuszcz: 56.80 g; Węglowodany ogółem: 325.46 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.56 g; suma cukrów prostych: 103.69 g; Błonnik pokarmowy: 31.36 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-12-17 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 , szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynki 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2152.10 kcal; Białko ogółem: 94.91 g; Tłuszcz: 60.57 g; Węglowodany ogółem: 312.96 g; Sól: 2.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.13 g; suma cukrów prostych: 90.13 g; Błonnik pokarmowy: 29.96 g;

środa 2025-12-17 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), miód 2szt. (50g), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Jajko sadzone 1szt*(3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynki 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2354.87 kcal; Białko ogółem: 69.87 g; Tłuszcz: 76.45 g; Węglowodany ogółem: 347.35 g; Sól: 3.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.45 g; suma cukrów prostych: 128.55 g; Błonnik pokarmowy: 29.81 g;

środa 2025-12-17 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g , rozszponka 5g , Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), herbata z cukrem 250ml*, chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, mandarynki 2 szt., Kasza gryczana 200 g,	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2419.93 kcal; Białko ogółem: 110.98 g; Tłuszcz: 78.65 g; Węglowodany ogółem: 319.44 g; Sól: 3.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.11 g; suma cukrów prostych: 80.64 g; Błonnik pokarmowy: 31.48 g;

środa 2025-12-17 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), twarożek 70g (2), rukola 5g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynki 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2945.90 kcal; Białko ogółem: 147.96 g; Tłuszcz: 114.85 g; Węglowodany ogółem: 324.52 g; Sól: 3.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.45 g; suma cukrów prostych: 100.75 g; Błonnik pokarmowy: 28.76 g;

środa 2025-12-17 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Gulasz drobiowy 150g* (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałatka z buraczków z oliwą 120 g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynki 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2352.50 kcal; Białko ogółem: 94.06 g; Tłuszcz: 80.75 g; Węglowodany ogółem: 312.96 g; Sól: 2.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.18 g; suma cukrów prostych: 90.09 g; Błonnik pokarmowy: 29.96 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-12-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), sałatka z ogórka,rukoli, pestek dyni 100g*,	Kapuśniak* 350ml (1,8,11), schab duszony 80g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g*, Surówka z selera z rodzynekami 120g* (2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), podpiomyki b/c 2szt.15g (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2449.24 kcal; Białko ogółem: 89.46 g; Tłuszcz: 74.23 g; Węglowodany ogółem: 363.41 g; Sól: 3.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.68 g; suma cukrów prostych: 77.78 g; Błonnik pokarmowy: 32.55 g;

<b>czwartek 2025-12-18</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), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), mix sałat 5g*,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), poledwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2464.08 kcal; Białko ogółem: 113.28 g; Tłuszcz: 64.33 g; Węglowodany ogółem: 362.48 g; Sól: 2.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.06 g; suma cukrów prostych: 90.92 g; Błonnik pokarmowy: 31.03 g;

<b>czwartek 2025-12-18</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), mix sałat 5g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 80g, brokuły z wody 120 g, ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2501.28 kcal; Białko ogółem: 123.66 g; Tłuszcz: 74.84 g; Węglowodany ogółem: 343.19 g; Sól: 2.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.02 g; suma cukrów prostych: 94.89 g; Błonnik pokarmowy: 29.11 g;

<b>czwartek 2025-12-18</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, serek homog.naturalny 70g. (2), mix sałat 5g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2619.53 kcal; Białko ogółem: 112.84 g; Tłuszcz: 84.11 g; Węglowodany ogółem: 361.39 g; Sól: 2.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.88 g; suma cukrów prostych: 93.29 g; Błonnik pokarmowy: 26.51 g;

<b>czwartek 2025-12-18</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), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), mix sałat 5g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 50g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2609.53 kcal; Białko ogółem: 112.44 g; Tłuszcz: 84.01 g; Węglowodany ogółem: 359.49 g; Sól: 2.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.86 g; suma cukrów prostych: 91.39 g; Błonnik pokarmowy: 26.56 g;

<b>czwartek 2025-12-18</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), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), mix sałat 5g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 80g, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), poledwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2646.08 kcal; Białko ogółem: 136.03 g; Tłuszcz: 72.38 g; Węglowodany ogółem: 367.03 g; Sól: 2.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.84 g; suma cukrów prostych: 94.49 g; Błonnik pokarmowy: 31.03 g;

<b>czwartek 2025-12-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), brokuly z wody 120 g, masło 10g - 1 szt. (2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2201.31 kcal; Białko ogółem: 108.50 g; Tłuszcz: 90.54 g; Węglowodany ogółem: 242.96 g; Sól: 1.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.58 g; suma cukrów prostych: 89.87 g; Błonnik pokarmowy: 21.55 g;

czwartek 2025-12-18 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmieńne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		<b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2061.25 kcal; Białko ogółem: 94.79 g; Tłuszcz: 91.91 g; Węglowodany ogółem: 209.96 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.17 g; suma cukrów prostych: 115.10 g; Błonnik pokarmowy: 15.27 g;

czwartek 2025-12-18 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), 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*, Herbata z cukrem 250ml*,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2593.35 kcal; Białko ogółem: 108.58 g; Tłuszcz: 70.40 g; Węglowodany ogółem: 381.65 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.23 g; suma cukrów prostych: 120.66 g; Błonnik pokarmowy: 31.27 g;

czwartek 2025-12-18 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), sałatka z ogórka,rukoli, pestek dyni 100g*, II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), <b>Podwieczorek:</b> mus warzywno-owocowy 100g,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata bez cukru 250g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2) 1szt., podpiomyki b/c 2szt.15g (1), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2325.18 kcal; Białko ogółem: 94.09 g; Tłuszcz: 80.69 g; Węglowodany ogółem: 313.05 g; Sól: 2.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.92 g; suma cukrów prostych: 53.50 g; Błonnik pokarmowy: 41.26 g;

czwartek 2025-12-18 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, mix sałat 5g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 80g, brokuly z wody 120 g, Ziemniaki 200 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), <b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2310.98 kcal; Białko ogółem: 107.30 g; Tłuszcz: 62.68 g; Węglowodany ogółem: 334.02 g; Sól: 4.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.24 g; suma cukrów prostych: 90.22 g; Błonnik pokarmowy: 32.07 g;

czwartek 2025-12-18 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, mix sałat 5g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	selerowa z ziemniakami 350ml b/ml(1,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g, <b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	Masło 20g* (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2),, rukola 5g, <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2144.82 kcal; Białko ogółem: 97.64 g; Tłuszcz: 66.26 g; Węglowodany ogółem: 300.94 g; Sól: 1.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.28 g; suma cukrów prostych: 93.00 g; Błonnik pokarmowy: 26.30 g;

czwartek 2025-12-18 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., pomidor 100g, szynka na kartki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), mix sałat 5g*,	selerowa z ziemniakami 350ml b/ml(1,13), schab gotowany 80g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, <b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2164.62 kcal; Białko ogółem: 86.75 g; Tłuszcz: 39.65 g; Węglowodany ogółem: 347.41 g; Sól: 2.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.91 g; suma cukrów prostych: 72.27 g; Błonnik pokarmowy: 32.85 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-12-18		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), mix салат 5g*,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopt bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2292.28 kcal; Białko ogółem: 113.03 g; Tłuszcz: 45.46 g; Węglowodany ogółem: 362.23 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.77 g; suma cukrów prostych: 90.71 g; Błonnik pokarmowy: 31.03 g;

czwartek 2025-12-18		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), mix салат 5g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Jajko sadzone 1szt*(3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopt bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2520.40 kcal; Białko ogółem: 105.68 g; Tłuszcz: 75.14 g; Węglowodany ogółem: 360.20 g; Sól: 3.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.03 g; suma cukrów prostych: 92.91 g; Błonnik pokarmowy: 30.18 g;

czwartek 2025-12-18		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), sałatka z ogórka, rukoli, pestek dyni 100g*,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 80g, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, jabłko deserowe 1 szt. , Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	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), pomidor 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Podwieczorek:</b> mus warzywno-owocowy 100g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., podplomyki b/c 2szt. 15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2511.78 kcal; Białko ogółem: 103.93 g; Tłuszcz: 74.25 g; Węglowodany ogółem: 360.92 g; Sól: 3.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.85 g; suma cukrów prostych: 95.17 g; Błonnik pokarmowy: 34.23 g;

czwartek 2025-12-18		
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), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), mix салат 5g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), ser żółty 60g (2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 80g, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3348.68 kcal; Białko ogółem: 176.09 g; Tłuszcz: 105.13 g; Węglowodany ogółem: 417.29 g; Sól: 3.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.09 g; suma cukrów prostych: 105.76 g; Błonnik pokarmowy: 32.54 g;

czwartek 2025-12-18		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), mix салат 5g*,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopt bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2464.08 kcal; Białko ogółem: 113.28 g; Tłuszcz: 64.33 g; Węglowodany ogółem: 362.48 g; Sól: 2.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.06 g; suma cukrów prostych: 90.92 g; Błonnik pokarmowy: 31.03 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2025-12-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), ser żółty 60g (2), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*	Barszcz ukraiński z fasolą 350ml(1,2,8,13), filet z mintaja smażony 100g (1,2,4,13,8), Ziemniaki 200g*, surówka z ogórka konserwowego 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3071.66 kcal; Białko ogółem: 129.88 g; Tłuszcz: 95.05 g; Węglowodany ogółem: 440.24 g; Sól: 5.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.61 g; suma cukrów prostych: 125.48 g; Błonnik pokarmowy: 39.37 g;

<b>piątek 2025-12-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 40g (2), Masło 20g* (2), jabłko deserowe 1 szt., dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rozszponka 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2646.67 kcal; Białko ogółem: 108.35 g; Tłuszcz: 69.56 g; Węglowodany ogółem: 407.27 g; Sól: 3.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.96 g; suma cukrów prostych: 154.58 g; Błonnik pokarmowy: 29.00 g;

<b>piątek 2025-12-19</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), jabłko deserowe 1 szt., Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 40g (2), dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki b/soli 200g m, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rozszponka 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2717.97 kcal; Białko ogółem: 106.55 g; Tłuszcz: 76.84 g; Węglowodany ogółem: 404.75 g; Sól: 2.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.41 g; suma cukrów prostych: 155.50 g; Błonnik pokarmowy: 28.68 g;

<b>piątek 2025-12-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2), rozszponka 5g,	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rozszponka 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2537.33 kcal; Białko ogółem: 97.77 g; Tłuszcz: 68.65 g; Węglowodany ogółem: 391.67 g; Sól: 2.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.72 g; suma cukrów prostych: 118.55 g; Błonnik pokarmowy: 27.33 g;

<b>piątek 2025-12-19</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), jabłko deserowe 1 szt., Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 40g (2), dżem 50g,	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rozszponka 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2628.52 kcal; Białko ogółem: 89.73 g; Tłuszcz: 70.90 g; Węglowodany ogółem: 413.42 g; Sól: 2.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.95 g; suma cukrów prostych: 133.80 g; Błonnik pokarmowy: 30.15 g;

<b>piątek 2025-12-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2), rozszponka 5g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szynka konserwowa 50g (8), rozszponka 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2764.07 kcal; Białko ogółem: 123.34 g; Tłuszcz: 79.01 g; Węglowodany ogółem: 394.37 g; Sól: 3.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.04 g; suma cukrów prostych: 125.06 g; Błonnik pokarmowy: 28.40 g;

<b>piątek 2025-12-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
kakao 250ml (1,2), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g, Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), brokuty z wody 150g, ziemniaki 250g,

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1974.86 kcal; Białko ogółem: 81.31 g; Tłuszcz: 57.63 g; Węglowodany ogółem: 294.72 g; Sól: 1.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.58 g; suma cukrów prostych: 75.59 g; Błonnik pokarmowy: 23.84 g;

piątek 2025-12-19 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kakao 250ml (1,2), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g, Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1938.48 kcal; Białko ogółem: 80.81 g; Tłuszcz: 76.40 g; Węglowodany ogółem: 233.51 g; Sól: 1.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.65 g; suma cukrów prostych: 87.47 g; Błonnik pokarmowy: 14.01 g;

piątek 2025-12-19 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*, twaróg krajanka 40g (2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2420.78 kcal; Białko ogółem: 89.97 g; Tłuszcz: 80.73 g; Węglowodany ogółem: 337.62 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.22 g; suma cukrów prostych: 85.27 g; Błonnik pokarmowy: 25.32 g;

piątek 2025-12-19 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
kakao bez cukru 250ml (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszonką i czarnuszką 100g*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, surówka z ogórka konserwowego 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Grejfrut 1/2 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Herbata bez cukru 250g, szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 150ml,	<b>Podwieczorek:</b> Biskopty bez cukru 15g (1,3),	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2343.56 kcal; Białko ogółem: 105.75 g; Tłuszcz: 72.31 g; Węglowodany ogółem: 327.13 g; Sól: 3.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.98 g; suma cukrów prostych: 59.79 g; Błonnik pokarmowy: 38.08 g;

piątek 2025-12-19 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml (1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), jabłko deserowe 1 szt., Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 40g (2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), surówka z ogórka konserwowego 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszonek 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2746.32 kcal; Białko ogółem: 110.05 g; Tłuszcz: 77.00 g; Węglowodany ogółem: 411.13 g; Sól: 3.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.57 g; suma cukrów prostych: 113.47 g; Błonnik pokarmowy: 37.45 g;

piątek 2025-12-19 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), jabłko deserowe 1 szt., Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 40g (2), dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. b/mąki(2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszonek 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2063.14 kcal; Białko ogółem: 72.66 g; Tłuszcz: 58.14 g; Węglowodany ogółem: 319.04 g; Sól: 3.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.24 g; suma cukrów prostych: 147.43 g; Błonnik pokarmowy: 24.65 g;

piątek 2025-12-19 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., jabłko deserowe 1 szt., Kleik z kaszy manny 500ml*(1), dżem 50g,	barszcz czerwony z ziemniakami 350ml b/ml (1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, schab na kartki 50g*, roszonek 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2255.79 kcal; Białko ogółem: 80.17 g; Tłuszcz: 39.93 g; Węglowodany ogółem: 403.23 g; Sól: 1.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.34 g; suma cukrów prostych: 129.36 g; Błonnik pokarmowy: 35.27 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-12-19		Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., jabłko deserowe 1 szt., Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 40g (2), dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2500.37 kcal; Białko ogółem: 100.90 g; Tłuszcz: 47.99 g; Węglowodany ogółem: 427.52 g; Sól: 2.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.88 g; suma cukrów prostych: 154.67 g; Błonnik pokarmowy: 30.60 g;

piątek 2025-12-19		Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jabłko deserowe 1 szt., Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 40g (2), dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2812.17 kcal; Białko ogółem: 108.15 g; Tłuszcz: 76.56 g; Węglowodany ogółem: 428.37 g; Sól: 2.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.18 g; suma cukrów prostych: 154.88 g; Błonnik pokarmowy: 30.60 g;

piątek 2025-12-19		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g , twaróg krajanka 70g (2), Salátka z białej rzodkwi z roszoneką i czarnuszką 100g*, kakao 250ml (1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), surówka z ogórka konserwowego 120g , Ziemniaki 200g*, Banan 1 szt, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, szynka konserwowa 50g (8), rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 150ml ,	<b>Podwieczorek:</b> Biszkopt bez cukru 15g (1,3),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2611.87 kcal; Białko ogółem: 118.05 g; Tłuszcz: 66.43 g; Węglowodany ogółem: 392.22 g; Sól: 4.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.55 g; suma cukrów prostych: 114.19 g; Błonnik pokarmowy: 31.21 g;

piątek 2025-12-19		Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jabłko deserowe 1 szt., Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 70g (2), dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), parówki 2szt 120g(1,2,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszonek 5g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3396.57 kcal; Białko ogółem: 132.92 g; Tłuszcz: 127.03 g; Węglowodany ogółem: 430.52 g; Sól: 5.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.72 g; suma cukrów prostych: 155.88 g; Błonnik pokarmowy: 30.72 g;

piątek 2025-12-19		Jadłospis dla diety: Dziecięca XX
kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), jabłko deserowe 1 szt., Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg krajanka 40g (2), dżem 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 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]: 2733.67 kcal; Białko ogółem: 110.25 g; Tłuszcz: 69.66 g; Węglowodany ogółem: 427.77 g; Sól: 3.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.97 g; suma cukrów prostych: 154.88 g; Błonnik pokarmowy: 30.60 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-12-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. paski 100g, rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), ogórek zielony talarki 100g, roszponka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Grejfrut 1/2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2552.49 kcal; Białko ogółem: 100.25 g; Tłuszcz: 90.61 g; Węglowodany ogółem: 346.20 g; Sól: 4.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.68 g; suma cukrów prostych: 81.70 g; Błonnik pokarmowy: 30.68 g;

<b>sobota 2025-12-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), herbata z cukrem 250ml*, szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2606.13 kcal; Białko ogółem: 95.23 g; Tłuszcz: 104.05 g; Węglowodany ogółem: 332.90 g; Sól: 5.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.73 g; suma cukrów prostych: 66.46 g; Błonnik pokarmowy: 29.35 g;

<b>sobota 2025-12-20</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), twarózek 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki b/soli 200g m, marchew gotowana 120g (1,2),	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2505.36 kcal; Białko ogółem: 108.97 g; Tłuszcz: 100.46 g; Węglowodany ogółem: 295.59 g; Sól: 2.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.78 g; suma cukrów prostych: 68.66 g; Błonnik pokarmowy: 26.55 g;

<b>sobota 2025-12-20</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), twarózek 70g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), pomidor 100g, roszponka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2396.11 kcal; Białko ogółem: 102.31 g; Tłuszcz: 83.58 g; Węglowodany ogółem: 318.90 g; Sól: 3.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.10 g; suma cukrów prostych: 70.11 g; Błonnik pokarmowy: 27.00 g;

<b>sobota 2025-12-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), papryka św. paski 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2493.01 kcal; Białko ogółem: 100.97 g; Tłuszcz: 90.88 g; Węglowodany ogółem: 323.62 g; Sól: 2.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.38 g; suma cukrów prostych: 71.83 g; Błonnik pokarmowy: 29.50 g;

<b>sobota 2025-12-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
herbata 250g ~, Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2787.08 kcal; Białko ogółem: 122.18 g; Tłuszcz: 107.69 g; Węglowodany ogółem: 342.93 g; Sól: 5.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.88 g; suma cukrów prostych: 75.86 g; Błonnik pokarmowy: 29.35 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Masło 10g(2),	herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), 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]: 2231.68 kcal; Białko ogółem: 94.30 g; Tłuszcz: 81.26 g; Węglowodany ogółem: 288.34 g; Sól: 1.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.94 g; suma cukrów prostych: 75.29 g; Błonnik pokarmowy: 25.63 g;

sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Szpinak gotowany 120g(2), Masło 15g*(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]: 2117.48 kcal; Białko ogółem: 82.12 g; Tłuszcz: 89.48 g; Węglowodany ogółem: 244.80 g; Sól: 1.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.01 g; suma cukrów prostych: 102.08 g; Błonnik pokarmowy: 19.83 g;

sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8),
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2229.12 kcal; Białko ogółem: 98.56 g; Tłuszcz: 63.20 g; Węglowodany ogółem: 320.37 g; Sól: 3.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.49 g; suma cukrów prostych: 79.89 g; Błonnik pokarmowy: 25.35 g;

sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), papryka św. paski 100g , rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mandarynki 2 szt., Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka konserwowa 50g (8), ogórek zielony talarki 100g, rosółka 5g , Chleb razowy 90g (3 kromki) (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*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2369.24 kcal; Białko ogółem: 92.68 g; Tłuszcz: 95.44 g; Węglowodany ogółem: 292.48 g; Sól: 4.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.33 g; suma cukrów prostych: 33.41 g; Błonnik pokarmowy: 33.61 g;

sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), twarożek 70g (2), papryka św. paski 100g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, rosółka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2423.74 kcal; Białko ogółem: 106.10 g; Tłuszcz: 74.72 g; Węglowodany ogółem: 346.75 g; Sól: 3.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.60 g; suma cukrów prostych: 58.79 g; Błonnik pokarmowy: 38.28 g;

sobota 2025-12-20 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	ziemniaczana b-mąki350ml*(2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Jajko sadzone 1szt*(3), Marchew gotowana 100g, Ziemniaki 200g*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rosółka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2017.99 kcal; Białko ogółem: 75.02 g; Tłuszcz: 69.58 g; Węglowodany ogółem: 274.00 g; Sól: 3.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.42 g; suma cukrów prostych: 60.38 g; Błonnik pokarmowy: 25.91 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-12-20		
Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., szynka piastowska 50g(8), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Ziemniaki 200g*,	herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., rzodkiewka talarki 100g, szynka konserwowa 50g (8), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2111.04 kcal; Białko ogółem: 78.05 g; Tłuszcz: 67.87 g; Węglowodany ogółem: 307.29 g; Sól: 4.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.14 g; suma cukrów prostych: 48.35 g; Błonnik pokarmowy: 27.36 g;

sobota 2025-12-20		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, szynka konserwowa 50g (8), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2361.73 kcal; Białko ogółem: 102.65 g; Tłuszcz: 72.69 g; Węglowodany ogółem: 334.93 g; Sól: 4.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.43 g; suma cukrów prostych: 68.42 g; Błonnik pokarmowy: 29.29 g;

sobota 2025-12-20		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), 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), ser żółty 60g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2598.27 kcal; Białko ogółem: 102.14 g; Tłuszcz: 95.99 g; Węglowodany ogółem: 336.41 g; Sól: 3.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.19 g; suma cukrów prostych: 73.13 g; Błonnik pokarmowy: 28.94 g;

sobota 2025-12-20		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka50g(1), chleb pszen-żytni35g (1 kromka) (1), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , szynka piastowska 50g(8), papryka św. paski 100g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, mandarynki 2 szt., Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), ogórek zielony talarki 100g, roszponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	<b>Posiłek nocny:</b> sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2320.94 kcal; Białko ogółem: 99.25 g; Tłuszcz: 72.74 g; Węglowodany ogółem: 322.92 g; Sól: 4.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.88 g; suma cukrów prostych: 61.35 g; Błonnik pokarmowy: 28.02 g;

sobota 2025-12-20		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), mandarynki 2 szt., marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), roszponka 5g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2974.68 kcal; Białko ogółem: 123.09 g; Tłuszcz: 123.80 g; Węglowodany ogółem: 341.54 g; Sól: 5.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.93 g; suma cukrów prostych: 73.62 g; Błonnik pokarmowy: 29.35 g;

sobota 2025-12-20		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), ogórek zielony talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), mandarynki 2 szt., marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2),	herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, ser żółty 60g (2), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z kurczakiem, szpinakiem i pomidorem 100g(1,13),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2475.34 kcal; Białko ogółem: 106.46 g; Tłuszcz: 83.82 g; Węglowodany ogółem: 334.20 g; Sól: 3.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.06 g; suma cukrów prostych: 68.50 g; Błonnik pokarmowy: 28.55 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

---

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-12-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), Masło 20g* (2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rukola 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2385.75 kcal; Białko ogółem: 110.53 g; Tłuszcz: 78.97 g; Węglowodany ogółem: 317.74 g; Sól: 2.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.15 g; suma cukrów prostych: 89.30 g; Błonnik pokarmowy: 23.67 g;

<b>niedziela 2025-12-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), kasza manna na mleku 350ml (1,2), roszponka 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2362.25 kcal; Białko ogółem: 112.39 g; Tłuszcz: 76.08 g; Węglowodany ogółem: 315.76 g; Sól: 2.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.98 g; suma cukrów prostych: 85.90 g; Błonnik pokarmowy: 24.52 g;

<b>niedziela 2025-12-21</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), polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	rosół z makaronem 400ml b/soli, Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki b/soli 200g m, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2278.45 kcal; Białko ogółem: 116.15 g; Tłuszcz: 70.90 g; Węglowodany ogółem: 303.13 g; Sól: 2.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.72 g; suma cukrów prostych: 91.76 g; Błonnik pokarmowy: 25.64 g;

<b>niedziela 2025-12-21</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), polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g, kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2335.45 kcal; Białko ogółem: 116.17 g; Tłuszcz: 70.31 g; Węglowodany ogółem: 318.21 g; Sól: 2.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.44 g; suma cukrów prostych: 88.07 g; Błonnik pokarmowy: 24.52 g;

<b>niedziela 2025-12-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), ogórek zielony talarki 100g, roszponka 5g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2433.35 kcal; Białko ogółem: 108.25 g; Tłuszcz: 74.15 g; Węglowodany ogółem: 342.20 g; Sól: 2.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.23 g; suma cukrów prostych: 89.12 g; Błonnik pokarmowy: 24.78 g;

<b>niedziela 2025-12-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), rzodkiewka talarki 100g, polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), roszponka 5g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2469.25 kcal; Białko ogółem: 141.11 g; Tłuszcz: 71.08 g; Węglowodany ogółem: 319.42 g; Sól: 3.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.08 g; suma cukrów prostych: 87.95 g; Błonnik pokarmowy: 24.52 g;

<b>niedziela 2025-12-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajko, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*,

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2258.27 kcal; Białko ogółem: 112.72 g; Tłuszcz: 81.23 g; Węglowodany ogółem: 275.95 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.08 g; suma cukrów prostych: 78.75 g; Błonnik pokarmowy: 23.18 g;

niedziela 2025-12-21 <b>Jadłospis dla diety: Płynna XIII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2149.60 kcal; Białko ogółem: 88.43 g; Tłuszcz: 84.44 g; Węglowodany ogółem: 255.36 g; Sól: 2.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.24 g; suma cukrów prostych: 105.64 g; Błonnik pokarmowy: 14.77 g;

niedziela 2025-12-21 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 20g* (2), polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Jarzynka gotowana 100g* (1,2,13), Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2019.30 kcal; Białko ogółem: 85.54 g; Tłuszcz: 64.25 g; Węglowodany ogółem: 277.91 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.87 g; suma cukrów prostych: 69.34 g; Błonnik pokarmowy: 22.97 g;

niedziela 2025-12-21 <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</b>		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rukola 5g, pomidor 100g,
<b>II Śniadanie:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2124.15 kcal; Białko ogółem: 100.07 g; Tłuszcz: 72.82 g; Węglowodany ogółem: 277.59 g; Sól: 3.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.02 g; suma cukrów prostych: 58.68 g; Błonnik pokarmowy: 35.33 g;

niedziela 2025-12-21 <b>Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), papryka św. paski 100g , polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), roszponka 5g , rzodkiewka talarki 100g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2056.50 kcal; Białko ogółem: 108.84 g; Tłuszcz: 65.89 g; Węglowodany ogółem: 270.46 g; Sól: 2.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.19 g; suma cukrów prostych: 44.63 g; Błonnik pokarmowy: 33.86 g;

niedziela 2025-12-21 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Ser żółty 50g(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , Mus warzywno-owocowy 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane b/mleka 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2),, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2323.73 kcal; Białko ogółem: 100.47 g; Tłuszcz: 81.11 g; Węglowodany ogółem: 305.35 g; Sól: 4.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.50 g; suma cukrów prostych: 91.36 g; Błonnik pokarmowy: 27.21 g;

niedziela 2025-12-21 <b>Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., rzodkiewka talarki 100g, filet pieczony z indyka 60g , Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, buraczki gotowane b/mleka 120g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	miód 1 szt.(25g), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2261.21 kcal; Białko ogółem: 89.00 g; Tłuszcz: 47.88 g; Węglowodany ogółem: 377.84 g; Sól: 4.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.24 g; suma cukrów prostych: 93.98 g; Błonnik pokarmowy: 35.99 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-12-21		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, poledwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), kasza manna na mleku 350ml (1,2), roszponka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	twaróg krajanka 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2313.45 kcal; Białko ogółem: 126.10 g; Tłuszcz: 63.55 g; Węglowodany ogółem: 317.97 g; Sól: 2.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.02 g; suma cukrów prostych: 87.86 g; Błonnik pokarmowy: 24.52 g;

niedziela 2025-12-21		
Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), miód 2szt. (50g), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2701.20 kcal; Białko ogółem: 108.78 g; Tłuszcz: 66.76 g; Węglowodany ogółem: 424.63 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.26 g; suma cukrów prostych: 167.69 g; Błonnik pokarmowy: 23.32 g;

niedziela 2025-12-21		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), poledwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rukola 5g, pomidor 100g,
<b>II Śniadanie:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2255.35 kcal; Białko ogółem: 103.21 g; Tłuszcz: 65.78 g; Węglowodany ogółem: 320.42 g; Sól: 3.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.79 g; suma cukrów prostych: 87.92 g; Błonnik pokarmowy: 29.68 g;

niedziela 2025-12-21		
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), poledwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), rzodkiewka talarki 100g, poledwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), roszponka 5g , kasza manna na mleku 350ml (1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2690.25 kcal; Białko ogółem: 134.39 g; Tłuszcz: 96.93 g; Węglowodany ogółem: 317.71 g; Sól: 3.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.83 g; suma cukrów prostych: 85.90 g; Błonnik pokarmowy: 24.52 g;

niedziela 2025-12-21		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), kiwi 1szt., dżem 50g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2344.80 kcal; Białko ogółem: 106.23 g; Tłuszcz: 72.08 g; Węglowodany ogółem: 327.61 g; Sól: 3.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.10 g; suma cukrów prostych: 93.12 g; Błonnik pokarmowy: 26.18 g;

Dietetyk

.....