

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		Obiad		Kolacja	
Śniadanie II Śniadanie		Podwieczorek		Posiłek nocny	
poniedziałek 2025-01-20		Jadłospis dla diety: Podstawowa 1			
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, serrek homo waniliowy 60g (2), ogórek zielony 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),		Krupnik 350ml(1,8, 13), Łazanki z kapuśią kisz i mięsem 350g (1,3,13), Sałata zielona z sosem winegrtet 80g, Banan 1 szt, Kompot z owoców mroz. 250ml*,		Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), polewka wiśniowa 40g (1,2,11,13), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Sałata z pomidorem,sałata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pomidor 50g,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3027,24 kcal; Białko ogółem: 125,47 g; Tłuszcz: 91,53 g; Węglowodany ogółem: 430,21 g; Sól: 9,18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33,51 g; suma cukrów prostych: 135,22 g; Błonnik pokarmowy: 31,06 g;		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,			
poniedziałek 2025-01-20		Jadłospis dla diety: Latwo strawna 2			
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, serrek homo waniliowy 60g (2), Pomidor 50g,		Krupnik 350ml(1,8, 13), Makaron z sosem mięsno-pomidor 350g (1), Sałata zielona z sosem winegrtet 80g, Banan 1 szt, Kompot z owoców mroz. 250ml*,		Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polewka wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałata z pomidorem,sałata zieloną i nasionami słonecznika 100g*.	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2728,19 kcal; Białko ogółem: 102,39 g; Tłuszcz: 80,69 g; Węglowodany ogółem: 399,79 g; Sól: 6,64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29,37 g; suma cukrów prostych: 136,02 g; Błonnik pokarmowy: 24,38 g;		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,			
poniedziałek 2025-01-20		Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3			
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, serrek homo waniliowy 60g (2), Pomidor 50g,		Krupnik 350ml(1,8, 13), Makaron z sosem mięsno-pomidor 350g (1), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegrtet 80g, Banan 1 szt,		Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polewka wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałata z pomidorem,sałata zieloną i nasionami słonecznika 100g*.	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2728,19 kcal; Białko ogółem: 102,39 g; Tłuszcz: 80,69 g; Węglowodany ogółem: 399,79 g; Sól: 6,64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29,37 g; suma cukrów prostych: 136,02 g; Błonnik pokarmowy: 24,38 g;		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,			
poniedziałek 2025-01-20		Jadłospis dla diety: Z ograni. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6			
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, chleb pszemno żytni 2 kromki 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, serrek homog. nat. 60g(2), ogórek zielony 50g,		Krupnik 350ml(1,8, 13), Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 350g (1,2,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Sałata zielona z sosem winegrtet 80g, pomarańcza 1 szt,		Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszemno żytni 2 kromki 70g(1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, polewka wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałata z pomidorem,sałata zieloną i nasionami słonecznika 100g*.	
II Śniadanie: Grejfrut 1/2 szt., sok warzywny 300ml 1 szt., Sałata z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tunczyka 100g*(4),		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,			
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2246,34 kcal; Białko ogółem: 88,83 g; Tłuszcz: 81,48 g; Węglowodany ogółem: 299,86 g; Sól: 9,06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26,89 g; suma cukrów prostych: 73,53 g; Błonnik pokarmowy: 36,56 g;					
poniedziałek 2025-01-20		Jadłospis dla diety: Pakowata 12			
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, bułka wrocławska 100g(1),		Krupnik 350ml(1,8, 13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2),		Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziemi 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2237,60 kcal; Białko ogółem: 123,16 g; Tłuszcz: 84,33 g; Węglowodany ogółem: 255,11 g; Sól: 3,30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31,42 g; suma cukrów prostych: 100,49 g; Błonnik pokarmowy: 21,24 g;		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,			
poniedziałek 2025-01-20		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14			
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,		Krupnik 350ml(1,8, 13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2),		Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziemi 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobowe 90g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1943,60 kcal; Białko ogółem: 115,16 g; Tłuszcz: 79,93 g; Węglowodany ogółem: 198,51 g; Sól: 2,30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30,31 g; suma cukrów prostych: 98,59 g; Błonnik pokarmowy: 19,44 g;		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,			

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-01-20		Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1	
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, serrek homo waniliowy 60g (2), ogórek zielony 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1).	Krupnik 350ml*(1,8,13), Łazanki z kapuśią kisz i mięsem 350g (1,3,13), Kompot z owoców mroz. 250ml* , Banan 1 szt, Sałata zielona z sosem winegret 80g.	Herbata z cukrem 250ml* , masło 10g - 1 szt. (2), polewka wiśniowa 40g (1,2,11,13), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Sałatka z pomidorem, sałata zieloną i nasionami słonecznika 100g* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pomidor 50g.	Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml* ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3280,24 kcal; Białko ogółem: 137,42 g; Tłuszcz: 105,83 g; Węglowodany ogółem: 444,40 g; Sol: 12,58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35,73 g; suma cukrów prostych: 145,93 g; Błonnik pokarmowy: 33,01 g;			
poniedziałek 2025-01-20		Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2	
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, serrek homo waniliowy 60g (2), Pomidor 50g.	Krupnik 350ml*(1,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomidor 350g (1), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroz. 250ml* , Banan 1 szt.	Herbata z cukrem 250ml* , masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polewka wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z pomidorem, sałata zieloną i nasionami słonecznika 100g* ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2981,19 kcal; Białko ogółem: 114,34 g; Tłuszcz: 94,99 g; Węglowodany ogółem: 413,98 g; Sol: 10,04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31,59 g; suma cukrów prostych: 146,73 g; Błonnik pokarmowy: 26,33 g;			
poniedziałek 2025-01-20		Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3	
kawa zbożowa bez cukru 250ml*(1,2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, serrek homog. nat. 60g,(2), ogórek zielony 50g.	pomarańcza 1 szt, Krupnik 350ml*(1,8,13), Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 350g (1,2,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml* , Sałata zielona z sosem winegret 80g.	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , polewka wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 150g, Sałatka z pomidorem, sałata zieloną i nasionami słonecznika 100g* ,	Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml* ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2305,94 kcal; Białko ogółem: 93,10 g; Tłuszcz: 83,47 g; Węglowodany ogółem: 306,02 g; Sol: 9,21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28,07 g; suma cukrów prostych: 77,70 g; Błonnik pokarmowy: 36,56 g;			

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital			
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny	
wtorek 2025-01-21			
Jadłospis dla diety: Podstawowa 1			
Ryż na mleku 350 ml ⁽²⁾ , kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka św. 50g, szynka farmerska 40g(1, 2, 11, 13), pasta jajeczna ze szczybior: 60g(3, 13, 11), Herbata z cukrem 250ml ⁽¹⁾ , chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1, 2, 13), Koliet z karczku po parysku 100g [*] (1, 3, 13), ziemniaki 250g, surówka bułgarska! 20g(3, 11, 13), Kompot z owoców mroz. 250ml ⁽¹⁾ , gruszka 1 szt.,	Herbata z cukrem 250ml ⁽¹⁾ , masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g, Sałatka z rukoli, pestkami dyni, ogórkami zielonym 100g [*] , Napój roślinny 330ml ⁽¹⁾ , chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2691,72 kcal; Białko ogółem: 109,65 g; Tłuszcz: 100,03 g; Węglowodany ogółem: 348,04 g; Sól: 6,20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32,16 g; suma cukrów prostych: 103,14 g; Błonnik pokarmowy: 31,52 g;			
wtorek 2025-01-21			
Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2			
Herbata z cukrem 250ml ⁽¹⁾ , kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1, 2, 11, 13), Ryż na mleku 350 ml ⁽²⁾ , Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3, 13), Pomidor 50g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1, 2, 13), Filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, bukiel warzyw królewski 120g, jabłko deserowe 1 szt., Kompot z owoców mroz. 250ml ⁽¹⁾ , Sos pietruszkowy 100g(1, 2),	Herbata z cukrem 250ml ⁽¹⁾ , masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g, Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g [*] , Napój roślinny 330ml ⁽¹⁾ ,	Posilek nocny: Woda mineralna 500ml ⁽¹⁾ , mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2495,13 kcal; Białko ogółem: 114,56 g; Tłuszcz: 73,65 g; Węglowodany ogółem: 346,50 g; Sól: 7,06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27,61 g; suma cukrów prostych: 93,46 g; Błonnik pokarmowy: 26,65 g;			
wtorek 2025-01-21			
Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3			
Ryż na mleku 350 ml ⁽²⁾ , kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1, 2, 11, 13), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3, 13), Herbata z cukrem 250ml ⁽¹⁾ , Pomidor 50g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1, 2, 13), Filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, bukiel warzyw królewski 120g, Sos pietruszkowy 100g(1, 2), jabłko deserowe 1 szt., Kompot z owoców mroz. 250ml ⁽¹⁾ ,	Herbata z cukrem 250ml ⁽¹⁾ , masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g, Sałatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g [*] , Napój roślinny 330ml ⁽¹⁾ ,	Posilek nocny: Woda mineralna 500ml ⁽¹⁾ , mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2496,53 kcal; Białko ogółem: 114,66 g; Tłuszcz: 73,88 g; Węglowodany ogółem: 346,25 g; Sól: 7,06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28,02 g; suma cukrów prostych: 93,68 g; Błonnik pokarmowy: 26,70 g;			
wtorek 2025-01-21			
Jadłospis dla diety: Z ograni. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6			
kawa zbożowa bez cukru 250ml ^(1, 2) , chleb żytni 90g(1) 3 kromki, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka św. 50g, szynka farmerska 40g(1, 2, 11, 13), pasta jajeczna ze szczybior: 60g(3, 13, 11),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1, 2, 13), Filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, surówka bułgarska! 20g(3, 11, 13), Sos pietruszkowy 100g(1, 2), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml ⁽¹⁾ , gruszka 1 szt.,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g(1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, filet pieczony z indyka 40g, Sałatka z rukoli, pestkami dyni, ogórkami zielonym 100g [*] , Napój roślinny 330ml ⁽¹⁾ ,	Posilek nocny: Woda mineralna 500ml ⁽¹⁾ , mus warzywno-owocowy 100g,
II Śniadanie: Sałatka makaronowa z brokiem, pomidorem i szynką 100g(1), jabłko deserowe 1 szt.,			
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2851,95 kcal; Białko ogółem: 129,19 g; Tłuszcz: 91,01 g; Węglowodany ogółem: 399,45 g; Sól: 7,17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30,07 g; suma cukrów prostych: 90,36 g; Błonnik pokarmowy: 43,76 g;			
wtorek 2025-01-21			
Jadłospis dla diety: Papkowata 12			
Herbata 250g, Ryż na ml, jajko, masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1, 2, 13), Mięso mielone drobiowe 90g [*] , bukiel warzyw królewski 120g, Kompot z owoców mroz. 250ml ⁽¹⁾ , Ziemniaki 200g [*] ,	Herbata z cukrem 250ml ⁽¹⁾ , Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1, 2, 8, 13), Mięso mielone drobiowe 90g [*] , bukiel warzyw dieta 120g, Napój roślinny 330ml ⁽¹⁾ ,	Posilek nocny: Woda mineralna 500ml ⁽¹⁾ , mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2461,29 kcal; Białko ogółem: 126,63 g; Tłuszcz: 94,89 g; Węglowodany ogółem: 284,68 g; Sól: 3,18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33,71 g; suma cukrów prostych: 110,52 g; Błonnik pokarmowy: 24,87 g;			
wtorek 2025-01-21			
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14			
Herbata 250g, Ryż na ml, jajko, masło 350ml,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1, 2, 13), Kompot z owoców mroz. 250ml ⁽¹⁾ , Mięso mielone drobiowe 90g [*] , bukiel warzyw królewski 120g, ziemniaki 100g,	Herbata z cukrem 250ml ⁽¹⁾ , Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1, 2, 8, 13), Mięso mielone drobiowe 90g [*] , Napój roślinny 330ml ⁽¹⁾ , bukiel warzyw dieta 120g,	Posilek nocny: Woda mineralna 500ml ⁽¹⁾ , mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2153,39 kcal; Białko ogółem: 117,80 g; Tłuszcz: 91,92 g; Węglowodany ogółem: 222,23 g; Sól: 2,76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33,37 g; suma cukrów prostych: 108,61 g; Błonnik pokarmowy: 20,71 g;			
wtorek 2025-01-21			
Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1			
Ryż na mleku 350 ml ⁽²⁾ , kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka św. 50g, szynka farmerska 40g(1, 2, 11, 13), pasta jajeczna ze szczybior: 60g(3, 13, 11), Herbata z cukrem 250ml ⁽¹⁾ , chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1, 2, 13), Koliet z karczku po parysku 100g [*] (1, 3, 13), ziemniaki 250g, surówka bułgarska! 20g(3, 11, 13), gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroz. 250ml ⁽¹⁾ ,	Herbata z cukrem 250ml ⁽¹⁾ , masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g, Sałatka z rukoli, pestkami dyni, ogórkami zielonym 100g [*] , Napój roślinny 330ml ⁽¹⁾ , chleb żytni 1 kromka 35g(1), rzodkiewka 50g,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2153,39 kcal; Białko ogółem: 117,80 g; Tłuszcz: 91,92 g; Węglowodany ogółem: 222,23 g; Sól: 2,76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33,37 g; suma cukrów prostych: 108,61 g; Błonnik pokarmowy: 20,71 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1),

Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus- owsianka 100g,

Wartości odżywcze: **Wartość energetyczna[kcal]:** 3202,47 kcal; **Białko** ogółem: 125,71 g; **Tłuszcz:** 114,24 g; **Węglowodany** ogółem: 425,10

g; Sol: 8,60 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone** ogółem: 35,24 g; **suma cukrów prostych:** 105,85 g; **Błonnik pokarmowy:** 35,71 g;

wtorek 2025-01-21

Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2

Herbata z cukrem 250ml*, **kajzerka** 1 szt (1), **chleb pszen-żytni** (2 kromki) 70g(1), **masło** 10g - 1 szt. (2), **szynka farmer'ska** 40g(1,2,11,13), **Ryż** na mleku 350 ml*(2), **Pasta z białka jaja** 60g z zieloną pietruszką (3,13), **Pomidor** 50g,

Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), **filet z kurczaka** gotowany 90g, **ziemniaki** 250g, **bukiet warzyw królewski** 120g, **Sos pietruszkowy** 100g (1,2), **jabłko deserowe** 1 szt., **Kompot z owoców mroz.** 250ml*,

Herbata z cukrem 250ml*, **masło** 10g - 1 szt. (2), **kajzerka** 1szt (1), **chleb pszen-żytni** (2 kromki) 70g(1), **filet pieczony z indyka** 40g, **Sałatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni** 100g*, **Napój roślinny** 330ml*,
Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus- owsianka 100g,

Wartości odżywcze: **Wartość energetyczna[kcal]:** 2676,68 kcal; **Białko** ogółem: 120,57 g; **Tłuszcz:** 85,31 g; **Węglowodany** ogółem: 360,31 g;

Sol: 7,52 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone** ogółem: 30,04 g; **suma cukrów prostych:** 94,84 g; **Błonnik pokarmowy:** 28,01 g;

wtorek 2025-01-21

Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3

kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), **chleb żytni** 90g(1) 3 kromki, **chleb pszenno żytni** 2 kromki 70g (1), **masło** 10g - 1 szt. (2), **papryka św.** 50g, **szynka farmer'ska** 40g(1,2,11,13), **pasta jajeczna ze szczypior.** 60g(3,13,11),

Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), **filet z kurczaka** gotowany 90g, **Sos pietruszkowy** 100g (1,2), **ziemniaki** 250g, **surówka bułgarska** 120g(3,11,13), **gruszka** 1 szt., **Kompot z owoców mroz.** bez cukru 250ml*,

Herbata bez cukru 250g, **masło** 10g - 1 szt. (2), **chleb pszenno żytni** 2 kromki 70g (1), **chleb żytni** 90g(1) 3 kromki, **filet pieczony z indyka** 40g, **Sałatka z rukolą, pestkami dyni, ogórkiem zielonym** 100g*, **Napój roślinny** 330ml*,
Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus- owsianka 100g,

Wartości odżywcze: **Wartość energetyczna[kcal]:** 2851,95 kcal; **Białko** ogółem: 129,19 g; **Tłuszcz:** 91,01 g; **Węglowodany** ogółem: 399,45 g; **Sol:** 7,17 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone** ogółem: 30,07 g; **suma cukrów prostych:** 90,36 g; **Błonnik pokarmowy:** 43,76 g;

Dietyk

Jadłospisy dla oddziałów

kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 40g, masło 10g - 1 szt. (2), Ser żółty 50g(2), Pomidor 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, mandarynki 150g, Gulasz wieprzowy 160g (1), ziemniaki 250g.	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Poledwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z rzodkiewki i rozszponki z nasionami słonecznika 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka kons. 50g (11),
II Śniadanie: Sałatka z kaszą gryczaną, rukolą, papryką i soczewicą 100g* (8), sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posilek nocny: mus - jaglanka z siemieniem liniowym 100g, Woda mineralna 500ml* ,
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3200,95 kcal; Białko ogółem: 131,33 g; Tłuszcz: 103,97 g; Węglowodany ogółem: 431,76 g; Sól: 12,74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39,54 g; suma cukrów prostych: 118,23 g; Błonnik pokarmowy: 36,88 g;</p>		
środa 2025-01-22		
Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, serrek wiejski 60g (2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Pomidor 50g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), mandarynki 150g, Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , ziemniaki 250g.	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Poledwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z rozszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,
II Śniadanie: sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem rozszponką i pomidorem 100g (1,4), sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posilek nocny: mus - jaglanka z siemieniem liniowym 100g, Woda mineralna 500ml* ,
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2702,72 kcal; Białko ogółem: 103,35 g; Tłuszcz: 81,90 g; Węglowodany ogółem: 381,20 g; Sól: 10,18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31,61 g; suma cukrów prostych: 115,77 g; Błonnik pokarmowy: 29,30 g;</p>		
środa 2025-01-22		
Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, Ser żółty 50g(2), Pomidor 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, mandarynki 150g, ziemniaki 250g, Gulasz drobiowy 160g* (1,13) ,	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , Poledwica sopocka 40g (8), Herbata bez cukru 250g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rzodkiewki i rozszponki z nasionami słonecznika 100g* ,
II Śniadanie: Sałatka z kaszą gryczaną, rukolą, papryką i soczewicą 100g* (8), sok warzywny 300ml 1 szt. , kiw 1szt.,		Posilek nocny: mus - jaglanka z siemieniem liniowym 100g, Woda mineralna 500ml* ,
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2677,32 kcal; Białko ogółem: 104,38 g; Tłuszcz: 88,99 g; Węglowodany ogółem: 373,36 g; Sól: 9,76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33,11 g; suma cukrów prostych: 78,15 g; Błonnik pokarmowy: 42,44 g;</p>		

Dietyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		Obiad	Kolacja
Śniadanie II Śniadanie	Podwieczorek	Posiłek nocny	
czwartek 2025-01-23	Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Chleb pszenno-żytni 4 kromki 140g* (1), masło 10g - 1 szt (2), ogórek zielony 50g, filet pieczony z indyka 40g , Serrek almette 2szt. 60g (2), Herbata z cukrem 250ml* , chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8, 13), schab duszony w sosie własnym 90g*, ziemniaki 250g, Surówka z selera z rodzynekami 120g* (2), Kompot z owoców mroz. 250ml*, pomarańcza 1 szt,	południca wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Sałatka z pomidorem ,sałata zielona i pestkami dyni 100g* , jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb żytni 1 kromka 35g(1), zodekiewka 50g.	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml* ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2852.39 kcal; Białko ogółem: 118.09 g; Tłuszcz: 89.20 g; Węglowodany ogółem: 408.64 g; Sól: 7.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 78.44 g; suma cukrów prostych: 93.46 g; Błonnik pokarmowy: 40.48 g;	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2616.72 kcal; Białko ogółem: 113.79 g; Tłuszcz: 79.90 g; Węglowodany ogółem: 373.09 g; Sól: 6.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 77.70 g; suma cukrów prostych: 99.05 g; Błonnik pokarmowy: 37.22 g;		
czwartek 2025-01-23	Jadłospis dla diety: Latwo strawna 2		
Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml* , masło 10g - 1 szt. (2), Serrek almette 2szt. 60g (2), filet pieczony z indyka 40g , Chleb pszenno-żytni 4 kromki 140g* (1), Pomidor 50g.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8, 13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroz. 250ml* , pomarańcza 1 szt, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml* , masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Sałatka z pomidorem,sałata zieloną i pestkami dyni 100g* , jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml* ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2616.72 kcal; Białko ogółem: 113.79 g; Tłuszcz: 79.90 g; Węglowodany ogółem: 373.09 g; Sól: 6.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 77.70 g; suma cukrów prostych: 99.05 g; Błonnik pokarmowy: 37.22 g;	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2616.72 kcal; Białko ogółem: 113.79 g; Tłuszcz: 79.90 g; Węglowodany ogółem: 373.09 g; Sól: 6.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 77.70 g; suma cukrów prostych: 99.05 g; Błonnik pokarmowy: 37.22 g;		
czwartek 2025-01-23	Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml* , masło 10g - 1 szt. (2), Serrek almette 2szt. 60g (2), filet pieczony z indyka 40g , Chleb pszenno-żytni 4 kromki 140g* (1), Pomidor 50g.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8, 13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroz. 250ml* , pomarańcza 1 szt, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml* , masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Sałatka z pomidorem,sałata zieloną i pestkami dyni 100g* , jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml* ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2616.72 kcal; Białko ogółem: 113.79 g; Tłuszcz: 79.90 g; Węglowodany ogółem: 373.09 g; Sól: 6.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 77.70 g; suma cukrów prostych: 99.05 g; Błonnik pokarmowy: 37.22 g;	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2616.72 kcal; Białko ogółem: 113.79 g; Tłuszcz: 79.90 g; Węglowodany ogółem: 373.09 g; Sól: 6.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 77.70 g; suma cukrów prostych: 99.05 g; Błonnik pokarmowy: 37.22 g;		
czwartek 2025-01-23	Jadłospis dla diety: Z ograni. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml*(2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g- 1 szt. (2), ogórek zielony 50g, filet pieczony z indyka 40g , Serrek almette 2szt. 60g (2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8, 13), sałatka z selerą z jabłkiem 120g (13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml* , sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, pomarańcza 1 szt, sos brokułowy 100ml(1,2),	południca wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , Sałatka z pomidorem ,sałata zieloną i pestkami dyni 100g* , jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., sałatka z rukoli, białej rzodkwi papyki i czarnuszki 100g, Grejfrut 1/2 szt			
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2733.31 kcal; Białko ogółem: 118.48 g; Tłuszcz: 90.38 g; Węglowodany ogółem: 378.02 g; Sól: 9.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 78.39 g; suma cukrów prostych: 93.19 g; Błonnik pokarmowy: 48.73 g;	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2733.31 kcal; Białko ogółem: 118.48 g; Tłuszcz: 90.38 g; Węglowodany ogółem: 378.02 g; Sól: 9.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 78.39 g; suma cukrów prostych: 93.19 g; Błonnik pokarmowy: 48.73 g;		
czwartek 2025-01-23	Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml* , Platki jęczmienne na ml, jajko,masło 350ml* (1,2,3), Sucharki 40g (1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8, 13), Kompot z owoców mroz. 250ml* , Mięso mielone drobiowe 90g* , jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 100g,	Herbata z cukrem 250ml* , Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g* , marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml* ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2406.36 kcal; Białko ogółem: 128.56 g; Tłuszcz: 89.11 g; Węglowodany ogółem: 283.75 g; Sól: 2.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.33 g; suma cukrów prostych: 89.48 g; Błonnik pokarmowy: 28.62 g;	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2406.36 kcal; Białko ogółem: 128.56 g; Tłuszcz: 89.11 g; Węglowodany ogółem: 283.75 g; Sól: 2.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.33 g; suma cukrów prostych: 89.48 g; Błonnik pokarmowy: 28.62 g;		
czwartek 2025-01-23	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml* , Platki jęczmienne na ml, jajko,masło 350ml* (1,2,3),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8, 13), Kompot z owoców mroz. 250ml* , Mięso mielone drobiowe 90g* , jarzynka gotowana 120g (1,2,13), masło 20g - 2 szt.(2),	Herbata z cukrem 250ml* , Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g* , marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml* ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2356.06 kcal; Białko ogółem: 120.76 g; Tłuszcz: 111.03 g; Węglowodany ogółem: 229.57 g; Sól: 2.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.47 g; suma cukrów prostych: 87.75 g; Błonnik pokarmowy: 25.10 g;	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2356.06 kcal; Białko ogółem: 120.76 g; Tłuszcz: 111.03 g; Węglowodany ogółem: 229.57 g; Sól: 2.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.47 g; suma cukrów prostych: 87.75 g; Błonnik pokarmowy: 25.10 g;		
czwartek 2025-01-23	Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		

Jadłospisy dla oddziałów

Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Chleb pszenno-żytni 4 kromki 140g* (1), masło 10g - 1 szt. (2), ogórek zielony 50g, filet pieczony z indyka 40g , Serek almette 2szt. 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab duszony w sosie własnym 90g*, ziemniaki 250g, Surówka z selera z rodzynekami 120g* (2), Kompot z owoców mroz. 250ml*, pomarańcza 1 szt.	połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g.
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kuskusem,kurczakiem,roszponką i pomidorem 100g (1,4),		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3072,28 kcal; Białko ogółem: 129,55 g; Tuszcz: 101,18 g; Węglowodany ogółem: 420,21 g; Soł: 10,66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 80,34 g; suma cukrów prostych: 104,36 g; Błonnik pokarmowy: 42,28 g;	Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2	
czwartek 2025-01-23	Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2	
Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g , Chleb pszenno-żytni 4 kromki 140g* (1), Pomidor 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), sztućka mięsa z szynki wędrowej 90g, ziemniaki 250g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, pomarańcza 1 szt, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,
II Śniadanie: sałatka z kuskusem,kurczakiem,roszponką i pomidorem 100g (1,4), sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2683,61 kcal; Białko ogółem: 121,23 g; Tuszcz: 77,48 g; Węglowodany ogółem: 382,82 g; Soł: 9,54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29,52 g; suma cukrów prostych: 105,75 g; Błonnik pokarmowy: 39,02 g;	Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3	
czwartek 2025-01-23	Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3	
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), ogórek zielony 50g, filet pieczony z indyka 40g, Serek almette 2szt. 60g (2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, sztućka mięsa z szynki wędrowej 90g, pomarańcza 1 szt, sos brokułowy 100ml(1,2),	połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,
II Śniadanie: sałatka z kuskusem,kurczakiem,roszponką i pomidorem 100g (1,4), sok warzywny 300ml 1 szt. , Grejfrut 120 szt. ,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2755,76 kcal; Białko ogółem: 126,10 g; Tuszcz: 90,62 g; Węglowodany ogółem: 374,89 g; Soł: 9,85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 78,43 g; suma cukrów prostych: 91,58 g; Błonnik pokarmowy: 47,40 g;		

Dietyk

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital	Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-01-24	Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ⁽²⁾ , kakao 250ml ^(1,2) , Rogalik masłany 1 szt. ^(1,2,3) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g ⁽¹⁾ , masło 10g - 1 szt. ⁽²⁾ , miód 2szt. ^(50g) , twaróg krajanka 50g ⁽²⁾ , miód 2szt. ^(50g) , papryka świeża 50g, chleb żytni 1 kromka 35g ⁽¹⁾ ,	Porowa z ryżem 350ml ^(1,2,13) , Filet z dorsza smażony 100g ^(1,3,4,13) , Surówka z kapuśki kisz 120g [*] , Kompot z owoców mroz. 250ml [*] , Banan 1 szt., ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml [*] , masło 10g - 1 szt. ⁽²⁾ , kajzerka 1szt ⁽¹⁾ , chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g ⁽¹⁾ , schab na kartki 40g, jogurt owocowy 150g 1szt. ⁽²⁾ , Sałatka z rukoli, ogórka zielonego z nasionami słonecznika 100g [*] , chleb żytni 1 kromka 35g ⁽¹⁾ , ogórek zielony 50g,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml [*] ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 324.136 kcal; Białko ogółem: 126.47 g; Tłuszcz: 93.56 g; Węglowodany ogółem: 484.07 g; Sól: 8.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.98 g; suma cukrów prostych: 137.86 g; Błonnik pokarmowy: 33.72 g;	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2650.03 kcal; Białko ogółem: 118.06 g; Tłuszcz: 72.52 g; Węglowodany ogółem: 439.16 g; Sól: 6.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.02 g; suma cukrów prostych: 139.47 g; Błonnik pokarmowy: 27.70 g;	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2759.62 kcal; Białko ogółem: 127.35 g; Tłuszcz: 76.99 g; Węglowodany ogółem: 405.43 g; Sól: 10.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.15 g; suma cukrów prostych: 96.39 g; Błonnik pokarmowy: 48.38 g;	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2073.35 kcal; Białko ogółem: 124.02 g; Tłuszcz: 103.63 g; Węglowodany ogółem: 167.63 g; Sól: 2.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.00 g; suma cukrów prostych: 106.72 g; Błonnik pokarmowy: 16.27 g;
piątek 2025-01-24	Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ⁽²⁾ , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g ⁽¹⁾ , Rogalik masłany 1 szt. ^(1,2,3) , masło 10g - 1 szt. ⁽²⁾ , miód 2szt. ^(50g) , twaróg krajanka 50g ⁽²⁾ , kakao 250ml ^(1,2) , Pomidor 50g,	Pomidorowa z ryżem 350ml ^(1,2,8,13) , Filet z dorsza parowany 100g ^(4,13) , Szpinak gotowany 120g ⁽²⁾ , Kompot z owoców mroz. 250ml [*] , Banan 1 szt., ziemniaki 250g, Sos jarzynowy 100g [*] (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml [*] , masło 10g - 1 szt. ⁽²⁾ , kajzerka 1szt ⁽¹⁾ , chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g ⁽¹⁾ , schab na kartki 40g, Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g [*] , jogurt owocowy 150g 1szt. ⁽²⁾ ,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml [*] ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2650.03 kcal; Białko ogółem: 118.06 g; Tłuszcz: 72.52 g; Węglowodany ogółem: 439.16 g; Sól: 6.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.02 g; suma cukrów prostych: 139.47 g; Błonnik pokarmowy: 27.70 g;	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2650.03 kcal; Białko ogółem: 118.06 g; Tłuszcz: 72.52 g; Węglowodany ogółem: 439.16 g; Sól: 6.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.02 g; suma cukrów prostych: 139.47 g; Błonnik pokarmowy: 27.70 g;	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2759.62 kcal; Białko ogółem: 127.35 g; Tłuszcz: 76.99 g; Węglowodany ogółem: 405.43 g; Sól: 10.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.15 g; suma cukrów prostych: 96.39 g; Błonnik pokarmowy: 48.38 g;	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2073.35 kcal; Białko ogółem: 124.02 g; Tłuszcz: 103.63 g; Węglowodany ogółem: 167.63 g; Sól: 2.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.00 g; suma cukrów prostych: 106.72 g; Błonnik pokarmowy: 16.27 g;
piątek 2025-01-24	Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ⁽²⁾ , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g ⁽¹⁾ , Rogalik masłany 1 szt. ^(1,2,3) , masło 10g - 1 szt. ⁽²⁾ , miód 2szt. ^(50g) , twaróg krajanka 50g ⁽²⁾ , kakao 250ml ^(1,2) , Pomidor 50g,	Pomidorowa z ryżem 350ml ^(1,2,8,13) , Filet z dorsza parowany 100g ^(4,13) , Szpinak gotowany 120g ⁽²⁾ , Kompot z owoców mroz. 250ml [*] , Banan 1 szt., ziemniaki 250g, Sos jarzynowy 100g [*] (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml [*] , masło 10g - 1 szt. ⁽²⁾ , kajzerka 1szt ⁽¹⁾ , chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g ⁽¹⁾ , schab na kartki 40g, jogurt owocowy 150g 1szt. ⁽²⁾ , Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g [*] ,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml [*] ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2650.03 kcal; Białko ogółem: 118.06 g; Tłuszcz: 72.52 g; Węglowodany ogółem: 439.16 g; Sól: 6.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.02 g; suma cukrów prostych: 139.47 g; Błonnik pokarmowy: 27.70 g;	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2650.03 kcal; Białko ogółem: 118.06 g; Tłuszcz: 72.52 g; Węglowodany ogółem: 439.16 g; Sól: 6.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.02 g; suma cukrów prostych: 139.47 g; Błonnik pokarmowy: 27.70 g;	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2759.62 kcal; Białko ogółem: 127.35 g; Tłuszcz: 76.99 g; Węglowodany ogółem: 405.43 g; Sól: 10.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.15 g; suma cukrów prostych: 96.39 g; Błonnik pokarmowy: 48.38 g;	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2073.35 kcal; Białko ogółem: 124.02 g; Tłuszcz: 103.63 g; Węglowodany ogółem: 167.63 g; Sól: 2.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.00 g; suma cukrów prostych: 106.72 g; Błonnik pokarmowy: 16.27 g;
piątek 2025-01-24	Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 6		
chleb żytni 90g ⁽¹⁾ 3 kromki, masło 10g - 1 szt. ⁽²⁾ , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g ⁽¹⁾ , twaróg krajanka 50g ⁽²⁾ , papryka świeża 50g, szynka farmerska 40g ^(1,2,11,13) , Kakao b/c 250 ml,	Pomidorowa z ryżem 350ml ^(1,2,8,13) , Filet z dorsza parowany 100g ^(4,13) , Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml [*] , Surówka z kapuśki kisz 120g [*] , gusznika 1 szt., ziemniaki 250g, Sos jarzynowy 100g [*] (1,2,13),	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. ⁽²⁾ , chleb żytni 90g ⁽¹⁾ 3 kromki, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g ⁽¹⁾ , schab na kartki 40g, jogurt naturalny 150g ⁽²⁾ 1 szt., Sałatka z rukoli, ogórka zielonego z nasionami słonecznika 100g [*] ,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml [*] ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2759.62 kcal; Białko ogółem: 127.35 g; Tłuszcz: 76.99 g; Węglowodany ogółem: 405.43 g; Sól: 10.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.15 g; suma cukrów prostych: 96.39 g; Błonnik pokarmowy: 48.38 g;	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2759.62 kcal; Białko ogółem: 127.35 g; Tłuszcz: 76.99 g; Węglowodany ogółem: 405.43 g; Sól: 10.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.15 g; suma cukrów prostych: 96.39 g; Błonnik pokarmowy: 48.38 g;	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2219.35 kcal; Białko ogółem: 131.82 g; Tłuszcz: 91.43 g; Węglowodany ogółem: 224.23 g; Sól: 3.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.11 g; suma cukrów prostych: 108.62 g; Błonnik pokarmowy: 18.07 g;	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2219.35 kcal; Białko ogółem: 131.82 g; Tłuszcz: 91.43 g; Węglowodany ogółem: 224.23 g; Sól: 3.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.11 g; suma cukrów prostych: 108.62 g; Błonnik pokarmowy: 18.07 g;
piątek 2025-01-24	Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
kakao 250ml ^(1,2) , kasza kukurydziana na ml i jajo, masło 350ml, bułka wrodawska 100g ⁽¹⁾ ,	Kompot z owoców mroz. 250ml [*] , Pomidorowa z ryżem 350ml ^(1,2,8,13) , marchew gotowana 120g ^(1,2) , Mięso mielone drobiowe 90g [*] ,	Herbata z cukrem 250ml [*] , Krupnik 350ml ^(1,8,13) , brokuły z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g [*] , jogurt owocowy 150g 1szt. ⁽²⁾ ,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml [*] ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2219.35 kcal; Białko ogółem: 131.82 g; Tłuszcz: 91.43 g; Węglowodany ogółem: 224.23 g; Sól: 3.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.11 g; suma cukrów prostych: 108.62 g; Błonnik pokarmowy: 18.07 g;	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2219.35 kcal; Białko ogółem: 131.82 g; Tłuszcz: 91.43 g; Węglowodany ogółem: 224.23 g; Sól: 3.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.11 g; suma cukrów prostych: 108.62 g; Błonnik pokarmowy: 18.07 g;	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2219.35 kcal; Białko ogółem: 131.82 g; Tłuszcz: 91.43 g; Węglowodany ogółem: 224.23 g; Sól: 3.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.11 g; suma cukrów prostych: 108.62 g; Błonnik pokarmowy: 18.07 g;	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2219.35 kcal; Białko ogółem: 131.82 g; Tłuszcz: 91.43 g; Węglowodany ogółem: 224.23 g; Sól: 3.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.11 g; suma cukrów prostych: 108.62 g; Błonnik pokarmowy: 18.07 g;
piątek 2025-01-24	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
kakao 250ml ^(1,2) , kasza kukurydziana na ml i jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroz. 250ml [*] , Pomidorowa z ryżem 350ml ^(1,2,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g [*] , marchew gotowana 120g ^(1,2) , masło 20g - 2 szt. ⁽²⁾ ,	Herbata z cukrem 250ml [*] , Krupnik 350ml ^(1,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g [*] , brokuły z owocowy 150g 1szt. ⁽²⁾ ,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml [*] ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2073.35 kcal; Białko ogółem: 124.02 g; Tłuszcz: 103.63 g; Węglowodany ogółem: 167.63 g; Sól: 2.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.00 g; suma cukrów prostych: 106.72 g; Błonnik pokarmowy: 16.27 g;	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2073.35 kcal; Białko ogółem: 124.02 g; Tłuszcz: 103.63 g; Węglowodany ogółem: 167.63 g; Sól: 2.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.00 g; suma cukrów prostych: 106.72 g; Błonnik pokarmowy: 16.27 g;	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2073.35 kcal; Białko ogółem: 124.02 g; Tłuszcz: 103.63 g; Węglowodany ogółem: 167.63 g; Sól: 2.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.00 g; suma cukrów prostych: 106.72 g; Błonnik pokarmowy: 16.27 g;	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2073.35 kcal; Białko ogółem: 124.02 g; Tłuszcz: 103.63 g; Węglowodany ogółem: 167.63 g; Sól: 2.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.00 g; suma cukrów prostych: 106.72 g; Błonnik pokarmowy: 16.27 g;
piątek 2025-01-24	Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		

Jadłospisy dla oddziałów

Kasza kukurudziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krąjanka 50g(2), szynka farmerska 40g(1, 2,1,1,1,3), papryka świeża 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Porowa z ryżem 350ml (1,2,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13), Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Banan 1 szt, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 40g, jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Sałatka z rukoli, ogórka zielonego z nasionami słonecznika 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), ogórek zielony 50g,
II Śniadanie: Sałatka makaronowa z fasolą czerwoną, pomidorem i brokułem 100g* (1), sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml* ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3462,31 kcal; Białko ogółem: 144,86 g; Tłuszcz: 107,93 g; Węglowodany ogółem: 486,20 g; Sol: 12,00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33,80 g; suma cukrów prostych: 147,94 g; Błonnik pokarmowy: 40,93 g;		
piątek 2025-01-24		
Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Kasza kukurudziana na mleku 350 ml*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,1,1,1,3), twaróg krąjanka 50g(2), kakao 250ml (1,2), Pomidor 50g,	Pomidrowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Banan 1 szt, ziemniaki 250g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 40g, jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g* ,
II Śniadanie: Sałatka makaronowa z kalaflorem, jajkiem, rozszponką 100g (1,3), sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml* ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3060,43 kcal; Białko ogółem: 136,36 g; Tłuszcz: 91,27 g; Węglowodany ogółem: 426,37 g; Sol: 10,51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34,29 g; suma cukrów prostych: 148,61 g; Błonnik pokarmowy: 29,92 g;		
piątek 2025-01-24		
Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
chleb żytni 90g(1) 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krąjanka 50g(2), papryka świeża 50g, szynka farmerska 40g(1,2,1,1,1,3), kakao bez cukru 250ml (2),	Pomidrowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Surówka z kapusty kisz 120g*, guszcza 1 szt., ziemniaki 250g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata b/c 250 g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), schab na kartki 40g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt, Sałatka z rukoli, ogórka zielonego z nasionami słonecznika 100g* ,
II Śniadanie: Sałatka makaronowa z fasolą czerwoną, pomidorem i brokułem 100g* (1), sok warzywny 300ml 1 szt. , jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml* ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2749,42 kcal; Białko ogółem: 126,67 g; Tłuszcz: 76,59 g; Węglowodany ogółem: 404,45 g; Sol: 10,38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26,91 g; suma cukrów prostych: 95,41 g; Błonnik pokarmowy: 48,38 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital	Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolejca Posiłek nocny
<p>sobota 2025-01-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</p>			
<p>Platki owsiane na mleku 350 ml^(1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rozdkiewka 50g, Herbata z cukrem 250ml[*], chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 50g (1),</p>	<p>Fasolowa z ziemniakami 350ml[*] (1,8,13), Kaszotto jarskie 300g (1,13), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kwi 1szt., Kompot z owoców mroz. 250ml[*],</p>	<p>masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pojędwica sopočka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml[*], Sałatka z rozdkiewki, rozspzonki, pestkami dyni 100g[*], jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pomidor 50g,</p>	<p>Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g[*], Woda mineralna 500ml[*],</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2741,70 kcal; Białko ogółem: 115,52 g; Tłuszcz: 84,92 g; Węglowodany ogółem: 383,76 g; Soli: 7,70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30,62 g; suma cukrów prostych: 94,44 g; Błonnik pokarmowy: 42,76 g.</p>			
<p>sobota 2025-01-25 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</p>			
<p>Platki owsiane na mleku 350 ml^(1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g, Iwarożek 60g (2), Herbata z cukrem 250ml[*], Pomidor 50g, kajzerka 50g (1),</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami 350ml^(1,2,8,13), buraczki gotowane 120g (1,2), mandarynki 150g, Kompot z owoców mroz. 250ml[*], kaszotto jarskie dla 300g(1,13),</p>	<p>masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pojędwica sopočka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml[*], jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rozspzonką, pomidorem i pestkami dyni 100g[*],</p>	<p>Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g[*], Woda mineralna 500ml[*],</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2331,44 kcal; Białko ogółem: 96,26 g; Tłuszcz: 68,33 g; Węglowodany ogółem: 332,26 g; Soli: 6,48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27,23 g; suma cukrów prostych: 100,58 g; Błonnik pokarmowy: 31,27 g.</p>			
<p>sobota 2025-01-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</p>			
<p>Platki owsiane na mleku 350 ml^(1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g, Iwarożek 60g (2), Herbata z cukrem 250ml[*], Pomidor 50g, kajzerka 50g (1),</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami 350ml^(1,2,8,13), buraczki gotowane 120g (1,2), mandarynki 150g, Kompot z owoców mroz. 250ml[*], kaszotto jarskie dla 300g (1,13),</p>	<p>masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pojędwica sopočka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml[*], jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rozspzonką, pomidorem i pestkami dyni 100g[*],</p>	<p>Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g[*], Woda mineralna 500ml[*],</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2331,44 kcal; Białko ogółem: 96,26 g; Tłuszcz: 68,33 g; Węglowodany ogółem: 332,26 g; Soli: 6,48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27,23 g; suma cukrów prostych: 100,58 g; Błonnik pokarmowy: 31,27 g.</p>			
<p>sobota 2025-01-25 Jadłospis dla diety: Z ograni. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6</p>			
<p>chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rozdkiewka 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2),</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami 350ml^(1,2,8,13), kaszotto dla 300g[*] (1,13), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml[*], kwi 1szt.,</p>	<p>masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 90g (1) 3 kromki, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pojędwica sopočka 40g (8), Herbata bez cukru 250g, Jogurt naturalny 150g, Sałatka z rozdkiewki, rozspzonki, pestkami dyni 100g[*],</p>	<p>Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g[*], Woda mineralna 500ml[*],</p>
<p>II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13), pomarańcza 1 szt.</p>			
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2539,75 kcal; Białko ogółem: 115,94 g; Tłuszcz: 86,40 g; Węglowodany ogółem: 332,05 g; Soli: 9,15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28,51 g; suma cukrów prostych: 76,06 g; Błonnik pokarmowy: 41,48 g.</p>			
<p>sobota 2025-01-25 Jadłospis dla diety: Pappowata 12</p>			
<p>Herbata 250g, Platki owsiane na ml, jajko, masło 350ml, sucharki 30g⁽¹⁾,</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami 350ml^(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g[*], Kompot z owoców mroz. 250ml[*], brokuły z wody 120 g,</p>	<p>Herbata 250g, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g[*], jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,</p>	<p>Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g[*], Woda mineralna 500ml[*],</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2200,17 kcal; Białko ogółem: 118,21 g; Tłuszcz: 81,62 g; Węglowodany ogółem: 256,98 g; Soli: 2,47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30,64 g; suma cukrów prostych: 108,42 g; Błonnik pokarmowy: 23,35 g.</p>			
<p>sobota 2025-01-25 Jadłospis dla diety: Pylna wzmocniona 14</p>			
<p>Herbata 250g, Platki owsiane na ml, jajko, masło 350ml,</p>	<p>Kompot z owoców mroz. 250ml[*], Koperkowa z ziemniakami 350ml^(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g[*], brokuły z wody 120 g,</p>	<p>marchew gotowana 120g (1,2), Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Herbata 250g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Mięso mielone drobiowe 90g[*], Masło 10g(2),</p>	<p>Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g[*], Woda mineralna 500ml[*],</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2154,97 kcal; Białko ogółem: 114,08 g; Tłuszcz: 87,77 g; Węglowodany ogółem: 236,35 g; Soli: 2,18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35,88 g; suma cukrów prostych: 107,43 g; Błonnik pokarmowy: 22,27 g.</p>			
<p>sobota 2025-01-25 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1</p>			

Jadospisy dla oddziałów

Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 50g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 50g (1).	Fasolowa z ziemniakami 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, kaszotto dla 300g*(1,13), sałatka z buraków 120g (3,11,13), kiwi 1szt.,	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pojędwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rzodkiewki, rozszponki, pestkami dyni 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pomidor 50g,
--	--	---

II Śniadanie: sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13), sok warzywny 300ml 1 szt. ,

Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2976,34 kcal; Białko ogółem: 137,00 g; Tłuszcz: 97,03 g; Węglowodany ogółem: 387,55 g; Sól: 10,77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32,36 g; suma cukrów prostych: 101,81 g; Błonnik pokarmowy: 42,46 g;

sobota 2025-01-25

Jadospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2

Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g , twarożek 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, kajzerka 50g (1).

Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), buraczki gotowane 120g (1,2), mandarynki 150g, Kompot z owoców mroz. 250ml*, kaszotto dla 300g*(1,13),

masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pojędwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rozszponką, pomidorem i pestkami dyni 100g*,

II Śniadanie: sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13), sok warzywny 300ml 1 szt. ,

Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2610,88 kcal; Białko ogółem: 119,05 g; Tłuszcz: 80,94 g; Węglowodany ogółem: 345,08 g; Sól: 9,51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29,07 g; suma cukrów prostych: 109,75 g; Błonnik pokarmowy: 31,42 g;

sobota 2025-01-25

Jadospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3

chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2),

Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), kaszotto dla 300g*(1,13), sałatka z buraków 120g (3,11,13), kiwi 1szt., Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*,

masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pojędwica sopocka 40g (8), Herbata bez cukru 250g, Jogurt naturalny 150g, Sałatka z rzodkiewki, rozszponki, pestkami dyni 100g*,

II Śniadanie: sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13), sok warzywny 300ml 1 szt. ,

Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2539,75 kcal; Białko ogółem: 115,94 g; Tłuszcz: 86,40 g; Węglowodany ogółem: 332,05 g; Sól: 9,15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28,51 g; suma cukrów prostych: 76,06 g; Błonnik pokarmowy: 41,48 g;

Dietyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		Obiad		Kolacja	
Śniadanie II Śniadanie		Podwieczorek		Posiłek nocny	
niedziela 2025-01-26		Jadłospis dla diety: Podstawowa 1			
Kasza manna na mleku 350g (1,2), kazejka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), ser topiony 2 szt. 34g (92), papryka św. 50g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1).		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (1,11,3,8), ziemniaki 250g, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Grejfrut 1/2 szt. ,		kazejka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), poledwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, Sałatka z papryki, sałata zielona i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g.	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3025.24 kcal; Białko ogółem: 143.76 g; Tłuszcz: 113.01 g; Węglowodany ogółem: 363.32 g; Sól: 9.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.06 g; suma cukrów prostych: 90.92 g; Błonnik pokarmowy: 31.92 g;		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,			
niedziela 2025-01-26		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2			
Kasza manna na mleku 350g (1,2), kazejka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), serek homog. nat. 60g(2), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g.		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Grejfrut 1/2 szt. ,		kazejka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), poledwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Sałatka z pomidorem, sałata zielona i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2804.09 kcal; Białko ogółem: 139.52 g; Tłuszcz: 109.56 g; Węglowodany ogółem: 316.03 g; Sól: 8.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.44 g; suma cukrów prostych: 81.56 g; Błonnik pokarmowy: 24.11 g;		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,			
niedziela 2025-01-26		Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3			
Kasza manna na mleku 350g (1,2), kazejka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na karfi 40g, serek homog. nat. 60g(2), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g.		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Grejfrut 1/2 szt. ,		masło 10g - 1 szt. (2), kazejka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), poledwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Sałatka z pomidorem, sałata zielona i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2544.89 kcal; Białko ogółem: 126.40 g; Tłuszcz: 86.60 g; Węglowodany ogółem: 315.95 g; Sól: 6.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.01 g; suma cukrów prostych: 81.56 g; Błonnik pokarmowy: 23.99 g;		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.			
niedziela 2025-01-26		Jadłospis dla diety: Z ograni. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6			
chleb żytni 90g(1) 3 kromki, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), serek homog. nat. 60g(2), papryka św. 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2),		Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Grejfrut 1/2 szt. ,		chleb żytni 90g(1) 3 kromki, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), poledwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata bez cukru 250g, Sałatka z papryki, sałata zielona i nasionami słonecznika 100g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	
II Śniadanie: mandarynki 150g, sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i burzakiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4).		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,			
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3064.34 kcal; Białko ogółem: 150.55 g; Tłuszcz: 125.92 g; Węglowodany ogółem: 345.08 g; Sól: 11.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.95 g; suma cukrów prostych: 86.26 g; Błonnik pokarmowy: 40.84 g;		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.			
niedziela 2025-01-26		Jadłospis dla diety: Papkowata 12			
Herbata 250g, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, bułka wrocławska 100g (1).		Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), brokuły z wody 120 g, masło 10g - 1 szt. (2).		Herbata 250g, Gryskowa 350ml*(1,8,13), bukiel warzyw królewski 120g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Mięso mielone drobiowe 90g*,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2066.43 kcal; Białko ogółem: 116.69 g; Tłuszcz: 87.37 g; Węglowodany ogółem: 208.79 g; Sól: 3.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.88 g; suma cukrów prostych: 91.06 g; Błonnik pokarmowy: 14.60 g;		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.			
niedziela 2025-01-26		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14			
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*.		Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), brokuły z wody 120 g, masło 20g - 2 szt.(2), ziemniaki 100g.		Herbata z cukrem 250ml*, Gryskowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiel warzyw królewski 120g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., ziemniaki 100g, masło 10g - 1 szt. (2).	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2066.83 kcal; Białko ogółem: 113.83 g; Tłuszcz: 99.83 g; Węglowodany ogółem: 185.53 g; Sól: 2.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.80 g; suma cukrów prostych: 69.98 g; Błonnik pokarmowy: 16.96 g;		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.			
niedziela 2025-01-26		Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1			

Jadłospisy dla oddziałów

<p>kasza manna na mleku 350g (1,2), kazełka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Klebaska wieprzowa 2szt. (1,8), ser topiony 2 szt. 34g 92), papryka św. 50g, Herbata z cukrem 250ml^o, chleb żytni 1 kromka 35g (1),</p>	<p>Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g, surowka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroz. 250ml^o, Grejfrut 1/2 szt. ,</p>	<p>kazełka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml^o, Sałatka z papryki,sałata zieloną i nasionami słonecznika 100g^o, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g,</p>
<p>II Śniadanie: sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4), sok warzywny 300ml 1 szt. .</p>		<p>Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml^o ,</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3247.24 kcal. Białko ogółem: 152.63 g; Tłuszcz: 126.37 g; Węglowodany ogółem: 374.89 g; Sól: 13.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.14 g; suma cukrów prostych: 101.82 g; Błonnik pokarmowy: 33.72 g;</p>		
<p>niedziela 2025-01-26</p>		
<p>Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2</p>		
<p>kasza manna na mleku 350g (1,2), kazełka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Klebaska wieprzowa 2szt. (1,8), serek homog. nat. 60g(2), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml^o, Pomidor 50g,</p>	<p>Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroz. 250ml^o, Grejfrut 1/2 szt. ,</p>	<p>kazełka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml^o, Sałatka z pomidorem,sałata zieloną i nasionami słonecznika 100g^o, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),</p>
<p>II Śniadanie: sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4), sok warzywny 300ml 1 szt. .</p>		<p>Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml^o ,</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3026.09 kcal. Białko ogółem: 148.39 g; Tłuszcz: 122.92 g; Węglowodany ogółem: 327.60 g; Sól: 11.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.53 g; suma cukrów prostych: 92.46 g; Błonnik pokarmowy: 25.91 g;</p>		
<p>niedziela 2025-01-26</p>		
<p>Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3</p>		
<p>chleb żytni 90g(1) 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Klebaska wieprzowa 2szt. (1,8), serek homog. nat. 60g(2), papryka św. 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2),</p>	<p>Grejfrut 1/2 szt. , Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, surowka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml^o ,</p>	<p>chleb żytni 90g(1) 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata bez cukru 250g, Sałatka z papryki,sałata zieloną i nasionami słonecznika 100g^o, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,</p>
<p>II Śniadanie: mandarynki 150g, sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4),</p>		<p>Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml^o ,</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3064.34 kcal. Białko ogółem: 150.55 g; Tłuszcz: 125.92 g; Węglowodany ogółem: 345.08 g; Sól: 11.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.95 g; suma cukrów prostych: 86.26 g; Błonnik pokarmowy: 40.84 g;</p>		

Dietytyk

.....