

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital			
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny	
poniedziałek 2025-01-27			
Jadłospis dla diety: Podstawowa 1			
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1, 2,11,13), Ser żółty 50g(2), Pomidor 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 1 szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	grochowa z ziem. 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, pomarańcza 1 szt, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kneidle z truskawkami 350g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Napój roślinny 330ml*, Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, kajzerka 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), ogórek Zielony 50g,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3107.03 kcal; Białko ogółem: 117.65 g; Tuszcz: 91.91 g; Węglowodany ogółem: 452.59 g;			
Sól: 8.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.19 g; suma cukrów prostych: 130.41 g; Błonnik pokarmowy: 31.56 g;			
poniedziałek 2025-01-27			
Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2			
Ryż na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Twaróg z koperkiem 60g (2), Pomidor 50g, kajzerka 1 szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, pomarańcza 1 szt, Kneidle z truskawkami 350g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), schab na kartki 40g, Napój roślinny 330ml*, Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, kajzerka 50g (1),	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2614.98 kcal; Białko ogółem: 93.77 g; Tuszcz: 72.31 g; Węglowodany ogółem: 392.12 g;			
Sól: 6.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.51 g; suma cukrów prostych: 137.82 g; Błonnik pokarmowy: 20.72 g;			
poniedziałek 2025-01-27			
Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3			
Ryż na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Twaróg z koperkiem 60g (2), Pomidor 50g, kajzerka 1 szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, pomarańcza 1 szt, Kneidle z truskawkami 350g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), schab na kartki 40g, Napój roślinny 330ml*, Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, kajzerka 50g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2614.98 kcal; Białko ogółem: 93.77 g; Tuszcz: 72.31 g; Węglowodany ogółem: 392.12 g;			
Sól: 6.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.51 g; suma cukrów prostych: 137.82 g; Błonnik pokarmowy: 20.72 g;			
poniedziałek 2025-01-27			
Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6			
Kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Ser żółty 50g(2), Pomidor 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, pomarańcza 1 szt, makaron razowy ze szpinakiem i mięsem drobiowym 350g (1,2,3),	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), schab na kartki 40g, Napój roślinny b/c 330ml*, Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2186.43 kcal; Białko ogółem: 84.07 g; Tuszcz: 95.93 g; Węglowodany ogółem: 253.11 g;			
Sól: 8.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.39 g; suma cukrów prostych: 89.55 g; Błonnik pokarmowy: 30.24 g;			
poniedziałek 2025-01-27			
Jadłospis dla diety: Papkowata 12			
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Ryż na ml, jajko, masło 350ml, Sucharów 40g (1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Koperkowa z ziemiakami 350ml*(1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Napój roślinny 330ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2220.23 kcal; Białko ogółem: 115.22 g; Tuszcz: 88.84 g; Węglowodany ogółem: 247.30 g;			
Sól: 3.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.36 g; suma cukrów prostych: 119.28 g; Błonnik pokarmowy: 22.65 g;			
poniedziałek 2025-01-27			
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14			
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Ryż na ml, jajko, masło 350ml,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Koperkowa z ziemiakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*, Napój roślinny 330ml*, brokuly z wody 120 g,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2028.46 kcal; Białko ogółem: 111.46 g; Tuszcz: 83.98 g; Węglowodany ogółem: 213.79 g;			
Sól: 2.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.42 g; suma cukrów prostych: 114.99 g; Błonnik pokarmowy: 20.06 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-01-27		Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1	
<p>Ryż na mleku 350 ml⁽²⁾, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Ser żółty 50g(2), Pomidor 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 1 szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1).</p> <p>II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. ,sałatka z kurczakiem,kaszą jęczmienną, sałatą i pomidorem 100g (1).</p>	<p>grochowa z ziem. 350ml,(1,2,8,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, pomarańcza 1 szt. Kompot z owoców mroz. 250ml*, makaron ze szpinakiem i mięsem drob. 350g (1,2,3).</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Napój roślinny 330ml*, Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, kajzerka 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), ogórek zielony 50g.</p>	
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3274,72 kcal; Białko ogółem: 128,95 g; Tłuszcz: 113,06 g; Węglowodany ogółem: 436,64 g; Sól: 12,89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39,97 g; suma cukrów prostych: 115,95 g; Błonnik pokarmowy: 38,03 g;</p>		<p>Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,</p>	
poniedziałek 2025-01-27		Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2	
<p>Ryż na mleku 350 ml⁽²⁾, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Twaróg z koperką 60g (2), Pomidor 50g, kajzerka 1 szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1).</p> <p>II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. ,sałatka z kurczakiem,kaszą jęczmienną, sałatą i pomidorem 100g (1).</p>	<p>Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, pomarańcza 1 szt. makaron ze szpinakiem i mięsem drob. 350g (1,2,3).</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), schab na kartki 40g, Napój roślinny 330ml*, Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, kajzerka 50g (1).</p>	
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2782,67 kcal; Białko ogółem: 105,06 g; Tłuszcz: 93,47 g; Węglowodany ogółem: 376,17 g; Sól: 10,91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31,29 g; suma cukrów prostych: 123,36 g; Błonnik pokarmowy: 27,19 g;</p>		<p>Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,</p>	
poniedziałek 2025-01-27		Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3	
<p>Kawa zbożowa bez cukru 250ml^(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Ser żółty 50g(2), Pomidor 50g.</p> <p>II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. ,sałatka z kurczakiem,kaszą jęczmienną, sałatą i pomidorem 100g (1), jabłko deserowe 1 szt. ,</p>	<p>Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, pomarańcza 1 szt. makaron razowy ze szpinakiem i mięsem drobowym 350g (1,2,3).</p>	<p>Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), schab na kartki 40g, Napój roślinny b/c 330ml*, Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*.</p>	
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2186,43 kcal; Białko ogółem: 84,07 g; Tłuszcz: 95,93 g; Węglowodany ogółem: 253,11 g; Sól: 8,99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33,39 g; suma cukrów prostych: 89,55 g; Błonnik pokarmowy: 30,24 g;</p>		<p>Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,</p>	

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital	Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
	wtorek 2025-01-28	Jadłospis dla diety: Podstawowa 1	
	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), rozdekiewka 50g, filet pieczony z indyka 40g, Serek almette 2szt. 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1).	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8, 13), Filet z kurczaka panier. 100g(1,3,13), surówka z kap. pekińskiej 120g, Kompot z owoców mroz. 250ml*, kiwi 1szt., ziemniaki 250g.	Pomidor 50g, Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z rozszonki, rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1).
	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2757.52 kcal; Białko ogółem: 109.10 g; Tłuszcz: 92.26 g; Węglowodany ogółem: 378.32 g; Sól: 8.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 76.56 g; suma cukrów prostych: 83.34 g; Błonnik pokarmowy: 32.95 g;		
	wtorek 2025-01-28	Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2	
	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Serek almette 2szt. 60g (2), Pomidor 50g.	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8, 13), filet z kurczaka gotowany 90g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Grejfrut 1/2 szt., ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2).	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Jogurt owocowy 100g 1 szt. (2), Sałatka z rozszonką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.
	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2543.44 kcal; Białko ogółem: 118.21 g; Tłuszcz: 76.75 g; Węglowodany ogółem: 350.43 g; Sól: 6.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 76.25 g; suma cukrów prostych: 92.76 g; Błonnik pokarmowy: 32.40 g;		
	wtorek 2025-01-28	Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3	
	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g, Serek almette 2szt. 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g.	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8, 13), filet z kurczaka gotowany 90g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Grejfrut 1/2 szt., ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2).	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Jogurt owocowy 100g 1 szt. (2), Sałatka z rozszonką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.
	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2543.44 kcal; Białko ogółem: 118.21 g; Tłuszcz: 76.75 g; Węglowodany ogółem: 350.43 g; Sól: 6.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 76.25 g; suma cukrów prostych: 92.76 g; Błonnik pokarmowy: 32.40 g;		
	wtorek 2025-01-28	Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3	
	Kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), (2), rzodkiewka 50g, filet pieczony z indyka 40g, Serek almette 2szt. 60g (2).	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8, 13), filet z kurczaka gotowany 90g, surówka z kap. pekińskiej 120g, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2).	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka na kartki 40g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rozszonki, rzodkiewki z pestkami dyni 100g*.
	II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., Sałatka makaronowa z kalaflorem, jajkiem, rozszonką 100g (1,3), mandarynki 150g.		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*.
	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2663.81 kcal; Białko ogółem: 125.34 g; Tłuszcz: 94.79 g; Węglowodany ogółem: 338.25 g; Sól: 8.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 79.09 g; suma cukrów prostych: 77.37 g; Błonnik pokarmowy: 36.52 g;		
	wtorek 2025-01-28	Jadłospis dla diety: Papkowata 12	
	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajc,masło 350ml, Sucharki 40g (1).	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8, 13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroz. 250ml*.	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 300ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), ziemniaki 100g.
	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2000.14 kcal; Białko ogółem: 104.57 g; Tłuszcz: 70.69 g; Węglowodany ogółem: 245.37 g; Sól: 3.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.16 g; suma cukrów prostych: 89.92 g; Błonnik pokarmowy: 24.20 g;		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*.
	wtorek 2025-01-28	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14	
	Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajc,masło 350ml.	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8, 13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2).	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8, 13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 100g.
	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1902.77 kcal; Białko ogółem: 98.25 g; Tłuszcz: 77.66 g; Węglowodany ogółem: 212.06 g; Sól: 2.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.25 g; suma cukrów prostych: 88.46 g; Błonnik pokarmowy: 22.54 g;		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.
	wtorek 2025-01-28	Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1	

Jadłospisy dla oddziałów

<p>Kasza kukurydziana na mleku 350 ml⁽²⁾, kajzerka 1 szt. (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), zrodkiemka 50g, filet pieczony z indyka 40g, Serek almette 2szt. 60g (2), Herbata z cukrem 250ml[*], chleb żytni 1 kromka 35g (1),</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka panier: 100g^(1,3,13), surówka z kap. pekinijskiej 120g, Kompot z owoców mroz. 250ml[*], Kiwi 1szt., ziemniaki 250g.</p>	<p>Pomidor 50g, Herbata z cukrem 250ml[*], masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z roszponki, zrodkiemki z pestkami dyni 100g[*], chleb żytni 1 kromka 35g (1),</p>
<p>III Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., Sałatka makaronowa z kalaflorem, jajkiem, roszponką 100g (1,3),</p>		<p>Posilek nocny: mus - jaglanka z siewieniem liliowym 100g, Woda mineralna 500ml[*],</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3081.82 kcal; Białko ogółem: 121.15 g; Tłuszcz: 109.09 g; Węglowodany ogółem: 404.60 g; Sól: 11.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 79.94 g; suma cukrów prostych: 93.28 g; Błonnik pokarmowy: 35.17 g;

<p>wtorek 2025-01-28</p> <p>Herbata z cukrem 250ml[*], kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Filet pieczony z indyka 40g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml⁽²⁾, Serek almette 2szt. 60g (2), Pomidor 50g.</p>	<p>Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2</p> <p>Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 90g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (1,3), Kompot z owoców mroz. 250ml[*], Grejfrut 1/2 szt., ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml[*], masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g[*]</p>
<p>II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., Sałatka makaronowa z kalaflorem, jajkiem, roszponką 100g (1,3),</p>		<p>Posilek nocny: mus - jaglanka z siewieniem liliowym 100g, Woda mineralna 500ml[*],</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2867.74 kcal; Białko ogółem: 130.26 g; Tłuszcz: 93.58 g; Węglowodany ogółem: 376.71 g; Sól: 10.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 79.64 g; suma cukrów prostych: 102.70 g; Błonnik pokarmowy: 34.62 g;

<p>wtorek 2025-01-28</p> <p>kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), zrodkiemka 50g, Filet pieczony z indyka 40g, Serek almette 2szt. 60g (2),</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 90g, surówka z kap. pekinijskiej 120g, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml[*], kiwi 1szt., ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),</p>	<p>Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka na kartki 40g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z roszponki, zrodkiemki z pestkami dyni 100g[*],</p>
<p>II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., Sałatka makaronowa z kalaflorem, jajkiem, roszponką 100g (1,3), mandarynki 150g,</p>		<p>Posilek nocny: Woda mineralna 500ml[*], mus - jaglanka z siewieniem liliowym 100g,</p>

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2663.81 kcal; Białko ogółem: 125.34 g; Tłuszcz: 94.79 g; Węglowodany ogółem: 338.25 g; Sól: 8.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 79.09 g; suma cukrów prostych: 77.37 g; Błonnik pokarmowy: 36.52 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital	Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-01-29	Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopocka 40g (8), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), papryka św. 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1).	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroz. 250ml*, surowka bułgarska120g,(3,11,13), Grejfrut 1/2 szt., gulasz po cygańsku 160g (1,11,13),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wisińowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z sałaty,pomidora i pestkami dyni 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.
środa 2025-01-29	Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z makiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopocka 40g (8), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g.	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, ziemniaki 250g, Banan 1 szt, bukiet warzyw królewski 120g, Gulasz drobiowy 160g* (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wisińowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z pomidorem,sałata zieloną i pestkami dyni 100g*.	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.
środa 2025-01-29	Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z makiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopocka 40g (8), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g.	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroz. 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g, Banan 1 szt, Gulasz drobiowy 160g* (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wisińowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z pomidorem,sałata zieloną i pestkami dyni 100g*.	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.
środa 2025-01-29	Jadłospis dla diety: Z ograni. łatwostrawialnych węglowodanów 6		
Kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Polędwica sopocka 40g (8), papryka św. 50g, masło 10g - 1 szt. (2), jajko na twardo 1 szt. 52g (3).	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Gulasz drobiowy 160g* (1,13), surowka bułgarska120g,(3,11,13), Grejfrut 1/2 szt., ziemniaki 250g.	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), polędwica wisińowa 40g (1,2,11,13), Sałatka z sałaty ,pomidora i pestkami dyni 100g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.
II Śniadanie: gruszka 1 szt., sok warzywny 300ml 1 szt., sałatka z rukoli,balety rzodkiewki,papryki i czarnuski 100g.			
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2665,47 kcal, Białko ogółem: 100,88 g; Tłuszcz: 78,11 g; Węglowodany ogółem: 388,09 g; Sól: 7,47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32,08 g; suma cukrów prostych: 137,72 g; Błonnik pokarmowy: 27,65 g;			
środa 2025-01-29	Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z makiem 250ml* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Suchaniki 40g (1),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, brokuły z wody 120 g.	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 250g.	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2386,55 kcal, Białko ogółem: 89,53 g; Tłuszcz: 84,05 g; Węglowodany ogółem: 323,85 g; Sól: 8,18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29,44 g; suma cukrów prostych: 98,67 g; Błonnik pokarmowy: 37,54 g;			
środa 2025-01-29	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Kawa zbożowa z makiem 250ml* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, brokuły z wody 120 g.	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 250g.	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2274,75 kcal, Białko ogółem: 122,64 g; Tłuszcz: 84,10 g; Węglowodany ogółem: 265,67 g; Sól: 2,80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32,06 g; suma cukrów prostych: 98,66 g; Błonnik pokarmowy: 23,59 g;			
środa 2025-01-29	Jadłospis dla diety: Polóżniczy Podstawowa C1		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2111,55 kcal, Białko ogółem: 107,10 g; Tłuszcz: 81,90 g; Węglowodany ogółem: 246,20 g; Sól: 2,28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34,54 g; suma cukrów prostych: 90,52 g; Błonnik pokarmowy: 22,64 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kazełka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Pojędźca sopocka 40g (8), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), papryka św. 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Grejfrut 1/2 szt, surówka bułgarska120g(3,11,13), gulasz po cygańsku 160g (1,11,13),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kazełka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polejdwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z sałaty pomidora i pestkami dyni 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g.
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kukus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4),		Posilek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3200.11 kcal; Białko ogółem: 141.31 g; Tłuszcz: 106.84 g; Węglowodany ogółem: 415.12 g; Sól: 13.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.01 g; suma cukrów prostych: 129.02 g; Błonnik pokarmowy: 37.17 g;		
środa 2025-01-29		
Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kazełka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Pojędźca sopocka 40g (8), serrek wjeński 60g (2), Pomidor 50g.	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, ziemniaki 250g, Banan 1 szt, bukiet warzyw królewski 120g, Gulasz drobiowy 160g* (1,13) ,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kazełka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polejdwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z pomidorem, sałatką zieloną i pestkami dyni 100g*,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kukus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4),		Posilek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2887.47 kcal; Białko ogółem: 109.75 g; Tłuszcz: 91.47 g; Węglowodany ogółem: 399.66 g; Sól: 10.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.17 g; suma cukrów prostych: 148.62 g; Błonnik pokarmowy: 29.45 g;		
środa 2025-01-29		
Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
Kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pojędźca sopocka 40g (8), papryka św. 50g, masło 10g - 1 szt. (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , Grejfrut 1/2 szt, surówka bułgarska120g(3,11,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, ziemniaki 250g.	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), polejdwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Sałatka z sałaty, pomidora i pestkami dyni 100g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,
II Śniadanie: gruszka 1 szt. , sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kukus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4),		Posilek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2411.10 kcal; Białko ogółem: 94.56 g; Tłuszcz: 85.67 g; Węglowodany ogółem: 320.72 g; Sól: 8.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.66 g; suma cukrów prostych: 97.06 g; Błonnik pokarmowy: 36.21 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital	Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-01-30	Jadłospis dla diety: Podstawowa 1	Jadłospis dla diety: Podstawowa 2	Jadłospis dla diety: Pylna wzmocniona 14
<p>Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt (2), Pomidor 50g, Ser żółty 50g(2), szynka na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),</p>	<p>pieczarkowa z makaronem 350ml(1,2,3,8), schab duszony 90g, Marchewka z groszkiem 120g(1,2), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroz. 250ml*, mandarynki 150g, Sos musztardowy 100ml(1,2,11),</p>	<p>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 rukoli, zrodkiem i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), papryka kons. 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1),</p>	<p>Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2746,79 kcal; Białko ogółem: 131,97 g; Tuszcz: 78,72 g; Węglowodany ogółem: 384,54 g; Sól: 8,88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34,19 g; suma cukrów prostych: 86,74 g; Błonnik pokarmowy: 35,17 g;</p>	<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2466,35 kcal; Białko ogółem: 118,82 g; Tuszcz: 67,57 g; Węglowodany ogółem: 349,91 g; Sól: 6,56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28,46 g; suma cukrów prostych: 89,09 g; Błonnik pokarmowy: 29,39 g;</p>	<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2466,35 kcal; Białko ogółem: 118,82 g; Tuszcz: 67,57 g; Węglowodany ogółem: 349,91 g; Sól: 6,56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28,46 g; suma cukrów prostych: 89,09 g; Błonnik pokarmowy: 29,39 g;</p>	<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2331,12 kcal; Białko ogółem: 117,70 g; Tuszcz: 85,62 g; Węglowodany ogółem: 283,34 g; Sól: 2,68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32,95 g; suma cukrów prostych: 90,97 g; Błonnik pokarmowy: 27,80 g;</p>
czwartek 2025-01-30	Jadłospis dla diety: Papkowata 12	Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3	Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 6
<p>Herbata z cukrem 250ml*, Platki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml*(1,2,3), Sucharki 40g (1),</p>	<p>Szpinakowa z ziemn. 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g(1,2), ziemniaki 250g.</p>	<p>Szpinakowa z ziemn. 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g(1,2), Kompot z owoców mroz. 250ml*, mandarynki 150g, Sos koperkowy 100g(1,2),</p>	<p>Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g(1), filet pieczony z indyka 40g, Sałatka z rukoli, zrodkiem i nasionami słonecznika 100g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,</p>
<p>II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z kaszą gryczaną,rukolą, papryką i soczewicą 100g* (8), jabłko deserowe 1 szt. ,</p>	<p>pieczarkowa z makaronem 350ml(1,2,3,8), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g(1,2), Sos koperkowy 100g(1,2), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, mandarynki 150g.</p>	<p>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 rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),</p>	<p>Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2511,55 kcal; Białko ogółem: 121,53 g; Tuszcz: 86,93 g; Węglowodany ogółem: 321,75 g; Sól: 8,88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34,56 g; suma cukrów prostych: 82,81 g; Błonnik pokarmowy: 36,69 g;</p>	<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2511,55 kcal; Białko ogółem: 121,53 g; Tuszcz: 86,93 g; Węglowodany ogółem: 321,75 g; Sól: 8,88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34,56 g; suma cukrów prostych: 82,81 g; Błonnik pokarmowy: 36,69 g;</p>	<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2466,35 kcal; Białko ogółem: 118,82 g; Tuszcz: 67,57 g; Węglowodany ogółem: 349,91 g; Sól: 6,56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28,46 g; suma cukrów prostych: 89,09 g; Błonnik pokarmowy: 29,39 g;</p>	<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2511,55 kcal; Białko ogółem: 121,53 g; Tuszcz: 86,93 g; Węglowodany ogółem: 321,75 g; Sól: 8,88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34,56 g; suma cukrów prostych: 82,81 g; Błonnik pokarmowy: 36,69 g;</p>
czwartek 2025-01-30	Jadłospis dla diety: Polozniczny Podstawowa C1	Jadłospis dla diety: Polozniczny Podstawowa C1	Jadłospis dla diety: Polozniczny Podstawowa C1
<p>Herbata z cukrem 250ml*, Platki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml*(1,2,3),</p>	<p>Szpinakowa z ziemn. 350ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g(1,2), Kompot z owoców mroz. 250ml*, ziemniaki 250g.</p>	<p>Szpinakowa z ziemn. 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g(1,2), Kompot z owoców mroz. 250ml*, mandarynki 150g, Sos koperkowy 100g(1,2),</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml*, Jarczynowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g(1,2), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2171,12 kcal; Białko ogółem: 112,10 g; Tuszcz: 82,82 g; Węglowodany ogółem: 255,74 g; Sól: 2,29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32,63 g; suma cukrów prostych: 89,57 g; Błonnik pokarmowy: 26,36 g;</p>	<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2171,12 kcal; Białko ogółem: 112,10 g; Tuszcz: 82,82 g; Węglowodany ogółem: 255,74 g; Sól: 2,29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32,63 g; suma cukrów prostych: 89,57 g; Błonnik pokarmowy: 26,36 g;</p>	<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2466,35 kcal; Białko ogółem: 118,82 g; Tuszcz: 67,57 g; Węglowodany ogółem: 349,91 g; Sól: 6,56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28,46 g; suma cukrów prostych: 89,09 g; Błonnik pokarmowy: 29,39 g;</p>	<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2171,12 kcal; Białko ogółem: 112,10 g; Tuszcz: 82,82 g; Węglowodany ogółem: 255,74 g; Sól: 2,29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32,63 g; suma cukrów prostych: 89,57 g; Błonnik pokarmowy: 26,36 g;</p>

Jadłospisy dla oddziałów

Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1.2), Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt (2), Pomidor 50g, Ser żółty 50g(2), szynka na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),

pieczarkowa z makaronem 350ml(1.2,3,8), schab duszony 90g, Marchewka z groszkiem 20g(1.2), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroz. 250ml* , mandarynki 150g, Sos musztardowy 100ml (1.2,11),

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 rukoli, rzodkiewki z nasionami słonecznika 100g* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), papryka kons. 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1),

II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z kaszą gryczaną,rukolą, papryką i soczewicą 100g* (8),

Posiłek nocny: mus - jaglanka z sianem lniwym 100g, Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: **Wartość energetyczna[kcal]:** 2994,33 kcal; **Białko** ogółem: 139.61 g; **Tłuszcz:** 90.89 g; **Węglowodany** ogółem: 407.10 g; **Sól:** 11.88 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone** ogółem: 36.09 g; **suma cukrów prostych:** 97.82 g; **Błonnik pokarmowy:** 38.52 g;

czwartek 2025-01-30

Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2

Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1.2), Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt (2), twaróg 60g (2), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g,

Szpinakowa z ziemn. 350ml (1.2,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1.2), Kompot z owoców mroz. 250ml* , mandarynki 150g, Sos koperkowy 100g (1.2),

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 rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z kaszą jęczmienną,pomidorem,rukolą i jajkiem 100g* (1.3),

Posiłek nocny: mus - jaglanka z sianem lniwym 100g, Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: **Wartość energetyczna[kcal]:** 2651.24 kcal; **Białko** ogółem: 122.34 g; **Tłuszcz:** 79.17 g; **Węglowodany** ogółem: 361.48 g; **Sól:** 9.57 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone** ogółem: 30.29 g; **suma cukrów prostych:** 99.99 g; **Błonnik pokarmowy:** 31.19 g;

czwartek 2025-01-30

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

Kawa zbożowa bez cukru 250ml(1.2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), Pomidor 50g, Ser żółty 50g(2), szynka na kartki 40g,

pieczarkowa z makaronem 350ml(1.2,3,8), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1.2), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml* , mandarynki 150g, Sos koperkowy 100g (1.2),

Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), filet pieczony z indyka 40g , Sałatka z rukoli, rzodkiewki z nasionami słonecznika 100g* , Jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

II Śniadanie: jabłko deserowe 1 szt. , sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z kaszą gryczaną,rukolą, papryką i soczewicą 100g* (8),

Posiłek nocny: mus - jaglanka z sianem lniwym 100g, Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: **Wartość energetyczna[kcal]:** 2511.55 kcal; **Białko** ogółem: 121.53 g; **Tłuszcz:** 86.93 g; **Węglowodany** ogółem: 321.75 g; **Sól:** 8.88 g; **Kwasy tłuszczowe nasycone** ogółem: 34.56 g; **suma cukrów prostych:** 82.81 g; **Błonnik pokarmowy:** 36.69 g;

Dietyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		Obiad		Kolacja	
II Śniadanie		Podwieczorek		Posiłek nocny	
piątek 2025-01-31					
Jadłospis dla diety: Podstawowa 1					
Kasza kukurudziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), Rogalik mąsławy 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twardy krążanka 50g(2), rzodkiewka 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), dżem 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z minury smaż. 100g (1,3,4,13,8), surowka z ogórka kisz. 120g(1,13), ziemniaki 250g, 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), szynka farserska 40g(1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rozprzokką, pomidorem i pestkami dyni 100g*, ogórek zielony 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3159,88 kcal; Białko ogółem: 120,72 g; Tuszcz: 92,60 g; Węglowodany ogółem: 471,44 g; Soli: 9,13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30,44 g; suma cukrów prostych: 151,59 g; Błonnik pokarmowy: 32,93 g.					
piątek 2025-01-31					
Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2					
Kasza kukurudziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), Rogalik mąsławy 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), dżem 50g, twardy krążanka 50g(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z minury parowany 100g (4,13), buraczki gotowane 120g (1,2), ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), 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), szynka farserska 40g(1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rozprzokką, pomidorem i pestkami dyni 100g*,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2801,79 kcal; Białko ogółem: 112,72 g; Tuszcz: 71,51 g; Węglowodany ogółem: 435,08 g; Soli: 6,19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30,07 g; suma cukrów prostych: 158,80 g; Błonnik pokarmowy: 28,34 g.					
piątek 2025-01-31					
Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3					
Kasza kukurudziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), Rogalik mąsławy 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), dżem 50g, twardy krążanka 50g(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z minury parowany 100g (4,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g, 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), szynka farserska 40g(1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rozprzokką, pomidorem i pestkami dyni 100g*,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2801,79 kcal; Białko ogółem: 112,72 g; Tuszcz: 71,51 g; Węglowodany ogółem: 435,08 g; Soli: 6,19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30,07 g; suma cukrów prostych: 158,80 g; Błonnik pokarmowy: 28,34 g.					
piątek 2025-01-31					
Jadłospis dla diety: Z ograni. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6					
chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka 50g, kakao bez cukru 250ml (2), szynka na kartę 40g, twardy krążanka 50g(2),	Krupnik 350ml(1,8,13), ziemniaki 250g, Filet z minury parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), surowka z ogórka kisz. 120g(1,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt.	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farserska 40g(1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rozprzokką, pomidorem i pestkami dyni 100g*,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*.		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2242,50 kcal; Białko ogółem: 107,77 g; Tuszcz: 71,37 g; Węglowodany ogółem: 300,19 g; Soli: 9,29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25,59 g; suma cukrów prostych: 65,22 g; Błonnik pokarmowy: 31,18 g.					
piątek 2025-01-31					
Jadłospis dla diety: Pappowata 12					
Kasza kukurudziana na m. jajo, masło 350ml, kakao 250ml (1,2), Sucharki 40g (1),	Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Krupnik 350ml(1,8,13), bukiel warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2261,53 kcal; Białko ogółem: 116,58 g; Tuszcz: 85,32 g; Węglowodany ogółem: 265,03 g; Soli: 2,61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33,76 g; suma cukrów prostych: 101,45 g; Błonnik pokarmowy: 22,29 g.					
piątek 2025-01-31					
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14					
Kasza kukurudziana na m. jajo, masło 350ml, kakao 250ml (1,2),	Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, bukiel warzyw królewski 120g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., brokuły z wody 120 g, Herbata z cukrem 250ml*.	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1823,13 kcal; Białko ogółem: 104,90 g; Tuszcz: 82,20 g; Węglowodany ogółem: 171,83 g; Soli: 2,17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33,41 g; suma cukrów prostych: 99,09 g; Błonnik pokarmowy: 15,73 g.					
piątek 2025-01-31					
Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1					
Kasza kukurudziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), Rogalik mąsławy 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twardy krążanka 50g(2), rzodkiewka 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z minury smaż. 100g (1,3,4,13,8), surowka z ogórka kisz. 120g(1,13), ziemniaki 250g, 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), szynka farserska 40g(1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rozprzokką, pomidorem i pestkami dyni 100g*, ogórek zielony 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.		

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku i pomidora 100g (13),		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna [kcal]: 3354.12 kcal; Białko ogółem: 137.62 g; Tłuszcz: 105.49 g; Węglowodany ogółem: 468.73 g; Sól: 12.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.94 g; suma cukrów prostych: 143.07 g; Błonnik pokarmowy: 34.16 g;		
piątek 2025-01-31		
Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), Rogalik mąsłany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, twaróg krajanka 50g(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z minury parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), 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), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z roszponka, pomidorem i pestkami dyni 100g*,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku i pomidora 100g (13),		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna [kcal]: 2996.03 kcal; Białko ogółem: 129.62 g; Tłuszcz: 84.40 g; Węglowodany ogółem: 432.37 g; Sól: 9.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.58 g; suma cukrów prostych: 150.28 g; Błonnik pokarmowy: 29.58 g;		
piątek 2025-01-31		
Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka 50g, kakao bez cukru 250ml (2), szynka na kartki 40g, twaróg krajanka 50g(2),	Krupnik 350ml(1,8,13), ziemniaki 250g, Filet z minury parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), surówka z ogórka kisz. 120g(11,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt.	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z roszponka, pomidorem i pestkami dyni 100g*,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku i pomidora 100g (13), kawi 1szt.,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna [kcal]: 2240.55 kcal; Białko ogółem: 107.71 g; Tłuszcz: 71.33 g; Węglowodany ogółem: 299.81 g; Sól: 9.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.58 g; suma cukrów prostych: 64.95 g; Błonnik pokarmowy: 31.06 g;		

Dietyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		Obiad	
Śniadanie II Śniadanie		Podwieczorek	
sobota 2025-02-01			
Jadłospis dla diety: Podstawowa 1			
Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Serek almette 2szt. 60g (2), schab na kartki 40g, papryka św. 50g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1 szt. (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1).	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Fasolka po breibnisku 300g(1,8), Kompot z owoców mroz. 250ml*, gruszka 1 szt., brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g.	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Polewka sopocka 40g (8), kajzerka 1 szt. (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z papryki, sałata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Pomidor 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1).	Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3247.70 kcal; Białko ogółem: 126.23 g; Tuszcz: 94.67 g; Węglowodany ogółem: 481.93 g; Sól: 8.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 80.87 g; suma cukrów prostych: 124.32 g; Błonnik pokarmowy: 51.04 g;			
sobota 2025-02-01			
Jadłospis dla diety: Łatwa strawna 2			
masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g (2), Herbata 250g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1 szt. (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Jabłko deserowe 1 szt. , Pulpet drobiowy 100g (1,3), brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g.	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Polewka sopocka 40g (8), kajzerka 1 szt. (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z pomidorem, sałata zieloną i nasionami słonecznika 100g*.	Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2595.60 kcal; Białko ogółem: 108.09 g; Tuszcz: 75.69 g; Węglowodany ogółem: 366.94 g; Sól: 7.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 75.46 g; suma cukrów prostych: 109.16 g; Błonnik pokarmowy: 27.16 g;			
sobota 2025-02-01			
Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3			
masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g (2), Herbata 250g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1 szt. (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Jabłko deserowe 1 szt. , Pulpet drobiowy 100g (1,3), brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g.	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Polewka sopocka 40g (8), kajzerka 1 szt. (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z pomidorem, sałata zieloną i nasionami słonecznika 100g*.	Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2595.60 kcal; Białko ogółem: 108.09 g; Tuszcz: 75.69 g; Węglowodany ogółem: 366.94 g; Sól: 7.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 75.46 g; suma cukrów prostych: 109.16 g; Błonnik pokarmowy: 27.16 g;			
sobota 2025-02-01			
Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 6			
Kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), schab na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), papryka św. 50g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g.	masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Polewka sopocka 40g (8), Herbata bez cukru 250g, jogurt naturalny 150g(2) 1 szt., Sałatka z papryki, sałata zieloną i nasionami słonecznika 100g*.	Posilek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2784.59 kcal; Białko ogółem: 119.01 g; Tuszcz: 91.39 g; Węglowodany ogółem: 377.55 g; Sól: 10.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 77.87 g; suma cukrów prostych: 92.91 g; Błonnik pokarmowy: 39.78 g;			
sobota 2025-02-01			
Jadłospis dla diety: Papkowata 12			
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml, Sucharki 40g (1).	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g.	Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).	Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2292.10 kcal; Białko ogółem: 117.84 g; Tuszcz: 82.70 g; Węglowodany ogółem: 278.62 g; Sól: 2.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.15 g; suma cukrów prostych: 87.60 g; Błonnik pokarmowy: 25.26 g;			
sobota 2025-02-01			
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14			
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g.	Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), marchew gotowana 120g (1,2).	Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2132.10 kcal; Białko ogółem: 112.24 g; Tuszcz: 79.90 g; Węglowodany ogółem: 251.02 g; Sól: 2.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.83 g; suma cukrów prostych: 86.20 g; Błonnik pokarmowy: 23.82 g;			
sobota 2025-02-01		Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1	

Jadłospisy dla oddziałów

masło 10g - 1 szt. (2), Serek almetta 2szt. 60g (2), schab na kartki 40g, papryka św. 50g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1),

Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Fasolka po bretońsku 300g(1,8), Kompot z owoców mroz. 250ml*, gruszka 1 szt., brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g,

Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Południca sopocka 40g (8), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z papryki,sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Pomidor 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),

Posiłek nocny: mus - jaglanka z sianem białym 100g, Woda mineralna 500ml*,

II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., Sałatka makaronowa z kalaforem, jajkiem, rozszponką 100g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3512,14 kcal; Białko ogółem: 138,28 g; Tłuszcz: 111,50 g; Węglowodany ogółem: 493,24 g; **Sól:** 11,65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 84,26 g; suma cukrów prostych: 119,29 g; Błonnik pokarmowy: 53,26 g;

sobota 2025-02-01

Jadłospis dla diety: Polożniczy Lekkostrawna C2

masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g (2), Herbata 250g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g,

Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), Kompot z owoców mroz. 250ml*, jadtko deserowe 1 szt., brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g,

Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Południca sopocka 40g (8), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,

Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus - jaglanka z sianem białym 100g,

II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., Sałatka makaronowa z kalaforem, jajkiem, rozszponką 100g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2919,89 kcal; Białko ogółem: 120,14 g; Tłuszcz: 92,52 g; Węglowodany ogółem: 393,22 g; **Sól:** 10,95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 78,85 g; suma cukrów prostych: 119,10 g; Błonnik pokarmowy: 29,38 g;

sobota 2025-02-01

Jadłospis dla diety: Polożniczy Z ogr. tawno przyswajalnych węglowodanów C3

kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), schab na kartki 40g, Serek almetta 2szt. 60g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), papryka św. 50g,

Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g,

masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Południca sopocka 40g (8), Herbata bez cukru 250g, jogurt naturalny 150g(2) 1 szt., Sałatka z papryki,sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,

Posiłek nocny: mus - jaglanka z sianem białym 100g, Woda mineralna 500ml*,

II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., Sałatka makaronowa z kalaforem, jajkiem, rozszponką 100g (1,3), mandarynki 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2784,59 kcal; Białko ogółem: 119,01 g; Tłuszcz: 91,39 g; Węglowodany ogółem: 377,55 g; **Sól:** 10,11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 77,87 g; suma cukrów prostych: 92,91 g; Błonnik pokarmowy: 39,78 g;

Dietyk

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		Obiad		Kolejca	
Śniadanie II Śniadanie		Podwieczorek		Posiłek nocny	
niedziela 2025-02-02		Jadłospis dla diety: Podstawowa 1			
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), ser topiony 2 szt. 34g 92), Klebaska węgrowska 2szt. (1,8), zrodkiemka 50g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8, 13), Udko pieczone 1szt 200g (1,1,3,8), ziemniaki 250g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroz. 250ml*, Gęśfrut 1/2 szt. ,	masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g (1), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rozszponki,zrodkiemki z pestkami dyni 100g*, Ogórek konserwowy 50g* (11), chleb żytni 1 kromka 35g (1),			
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.			
		Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3051,96 kcal; Białko ogółem: 145,73 g; Tuszcz: 116,17 g; Węglowodany ogółem: 360,18 g; Soli: 10,05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40,41 g; suma cukrów prostych: 90,09 g; Błonnik pokarmowy: 30,17 g;			
niedziela 2025-02-02		Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2			
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), serrek homog. nat. 60g, (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), Klebaska węgrowska 2szt. (1,8), Pomidor 50g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8, 13), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroz. 250ml*, ziemniaki 250g, Udko gotowane 1szt 200g, Gęśfrut 1/2 szt. ,	polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*,			
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.			
		Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2841,81 kcal; Białko ogółem: 141,62 g; Tuszcz: 113,29 g; Węglowodany ogółem: 314,68 g; Soli: 8,39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43,96 g; suma cukrów prostych: 80,76 g; Błonnik pokarmowy: 23,16 g;			
niedziela 2025-02-02		Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3			
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), serrek homog. nat. 60g,(2), szynka łamerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8, 13), ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Gęśfrut 1/2 szt. ,	polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*,			
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,			
		Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2583,81 kcal; Białko ogółem: 126,90 g; Tuszcz: 91,09 g; Węglowodany ogółem: 314,88 g; Soli: 7,26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35,76 g; suma cukrów prostych: 80,96 g; Błonnik pokarmowy: 23,04 g;			
niedziela 2025-02-02		Jadłospis dla diety: Z ograni. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6			
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serrek homog. nat. 60g(2), zrodkiemka 50g, Klebaska węgrowska 2szt. (1,8),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8, 13), ziemniaki 250g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Gęśfrut 1/2 szt. ,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata bez cukru 250g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rozszponki, zrodkiemki z pestkami dyni 100g*,			
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,			
		II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku i pomidora 100g (1,3), jajko deserowe 1 szt. ,			
		Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2740,91 kcal; Białko ogółem: 139,04 g; Tuszcz: 124,15 g; Węglowodany ogółem: 275,35 g; Soli: 9,29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43,78 g; suma cukrów prostych: 82,41 g; Błonnik pokarmowy: 32,23 g;			
niedziela 2025-02-02		Jadłospis dla diety: Papkowata 12			
Herbata 250g, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Sucharki 40g (1),	Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8, 13), Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata 250g, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., ziemniaki 250g,			
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.			
		Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2069,19 kcal; Białko ogółem: 118,83 g; Tuszcz: 78,06 g; Węglowodany ogółem: 229,23 g; Soli: 2,66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27,80 g; suma cukrów prostych: 91,65 g; Błonnik pokarmowy: 18,98 g;			
niedziela 2025-02-02		Jadłospis dla diety: Pyrna wzmocniona 14			
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g(2),			
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.			
		Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2038,59 kcal; Białko ogółem: 105,48 g; Tuszcz: 91,54 g; Węglowodany ogółem: 206,24 g; Soli: 2,18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40,49 g; suma cukrów prostych: 71,20 g; Błonnik pokarmowy: 19,62 g;			
niedziela 2025-02-02		Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1			

Jadospisy dla oddziałów

kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml ¹ , masło 10g - 1 szt. (2), Kebabaska wędzowana 2szt. (1,8), ser topiony 2 szt. 34g (9,2), rzodkiewka 50g, kajzerka 1 szt. (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), pszen-żytni (2 kromki) 70g (1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8, 13), Udko pieczone 1szt 200g (1,1,13,8), ziemniaki 250g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroz. 250ml ¹ , Grejfrut 1/2 szt. ,	masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml ¹ , pojędźwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), kajzerka 1 szt. (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g (1), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rozszponki,rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, Ogórek konserwowy 50g * (11), chleb żytni 1 kromka 35g (1),
III Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku i pomidora 100g (13),		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml ¹ , mus- owsianka 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3278,31 kcal; Białko ogółem: 154,78 g; Tłuszcz: 128,00 g; Węglowodany ogółem: 375,97 g; Soli: 13,08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42,27 g; suma cukrów prostych: 100,07 g; Błonnik pokarmowy: 31,81 g;

niedziela 2025-02-02		
Jadospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Herbata z cukrem 250ml ¹ , kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), serrek homog. nat. 60g,(2), kasza manna na mleku 350g (1,2), Kebabaska wędzowana 2szt. (1,8), Pomidor 50g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8, 13), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroz. 250ml ¹ , ziemniaki 250g, Udko gotowane 1szt 200g; Grejfrut 1/2 szt. ,	pojędźwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml ¹ , masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1 szt. (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*,
III Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku i pomidora 100g (13),		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml ¹ , mus- owsianka 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3068,16 kcal; Białko ogółem: 150,67 g; Tłuszcz: 125,12 g; Węglowodany ogółem: 330,47 g; Soli: 11,43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45,82 g; suma cukrów prostych: 90,73 g; Błonnik pokarmowy: 24,79 g;

niedziela 2025-02-02		
Jadospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serrek homog. nat. 60g(2), Kebabaska wędzowana 2szt. (1,8),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8, 13), Ziemniaki 250g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroz. 250ml ¹ , Udko gotowane 1szt 200g; Grejfrut 1/2 szt. ,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), pojędźwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata bez cukru 250g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rozszponki,rzodkiewki z pestkami dyni 100g*,
III Śniadanie: jabłko deserowe 1 szt. , sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku i pomidora 100g (13),		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml ¹ , mus- owsianka 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2740,91 kcal; Białko ogółem: 139,04 g; Tłuszcz: 124,15 g; Węglowodany ogółem: 275,35 g; Soli: 9,29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43,78 g; suma cukrów prostych: 82,41 g; Błonnik pokarmowy: 32,23 g;

Dietyk

.....