

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-03-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Pomidor 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), szynka na kartki 40g, Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. .	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Banan 1 szt, Łazanki z kapustą kisz i mięsem 350g (1,3,13),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Ser żółty 50g(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), kajzerka 50g (1), papryka św. 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g.
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2964.40 kcal; Białko ogółem: 134.61 g; Tłuszcz: 83.13 g; Węglowodany ogółem: 423.24 g; Sól: 9.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.79 g; suma cukrów prostych: 126.54 g; Błonnik pokarmowy: 31.12 g;

poniedziałek 2025-03-03 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), serek wiejski 60g (2), Mix sałat 10g.	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Banan 1 szt, Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), ziemniaki 250g.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), schab na kartki 40g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Pomidor 50g, kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g.
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2609.88 kcal; Białko ogółem: 119.22 g; Tłuszcz: 58.06 g; Węglowodany ogółem: 405.15 g; Sól: 7.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.11 g; suma cukrów prostych: 135.24 g; Błonnik pokarmowy: 27.61 g;

poniedziałek 2025-03-03 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), szynka na kartki 40g, Mix sałat 10g.	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Banan 1 szt, Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), ziemniaki 250g.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), schab na kartki 40g, Pomidor 50g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2609.88 kcal; Białko ogółem: 119.22 g; Tłuszcz: 58.06 g; Węglowodany ogółem: 405.15 g; Sól: 7.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.11 g; suma cukrów prostych: 135.24 g; Błonnik pokarmowy: 27.61 g;

poniedziałek 2025-03-03 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Mix sałat 10g.	Krupnik 350ml(1,8,13), buraczki gotowane 120g (1,2), gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), ziemniaki 250g.	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Ser żółty 50g(2), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, papryka św. 50g, Mix sałat 10g.
II Śniadanie: Napój roślinny 330ml*, Mus antybaton 1 szt. .		
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2430.48 kcal; Białko ogółem: 122.99 g; Tłuszcz: 73.83 g; Węglowodany ogółem: 331.29 g; Sól: 6.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.54 g; suma cukrów prostych: 91.53 g; Błonnik pokarmowy: 32.50 g;

poniedziałek 2025-03-03 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, Sucharki 40g (1).	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2213.07 kcal; Białko ogółem: 119.59 g; Tłuszcz: 84.75 g; Węglowodany ogółem: 249.47 g; Sól: 2.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.28 g; suma cukrów prostych: 104.70 g; Błonnik pokarmowy: 20.73 g;

poniedziałek 2025-03-03 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2053.07 kcal; Białko ogółem: 113.99 g; Tłuszcz: 81.95 g; Węglowodany ogółem: 221.87 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.96 g; suma cukrów prostych: 103.30 g; Błonnik pokarmowy: 19.29 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-03		Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1
kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Pomidor 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), szynka na kartki 40g, Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. .	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Banan 1 szt, Łazanki z kapustą kisz i mięsem 350g (1,3,13),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Ser żółty 50g(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), kajzerka 50g (1), papryka św. 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g.
II Śniadanie: Mus antybaton 1 szt. , Napój roślinny 330ml*,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3162.40 kcal; Białko ogółem: 138.71 g; Tłuszcz: 89.03 g; Węglowodany ogółem: 454.04 g; Sól: 10.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.99 g; suma cukrów prostych: 150.44 g; Błonnik pokarmowy: 32.12 g;

poniedziałek 2025-03-03		Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), serek wiejski 60g (2), Mix sałat 10g.	Krupnik 350ml(1,8,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), ziemniaki 250g.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), schab na kartki 40g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Pomidor 50g, kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g.
II Śniadanie: Mus ryżowy 1szt., Napój roślinny 330ml*,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2796.88 kcal; Białko ogółem: 121.92 g; Tłuszcz: 60.86 g; Węglowodany ogółem: 441.95 g; Sól: 7.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.41 g; suma cukrów prostych: 166.14 g; Błonnik pokarmowy: 28.61 g;

poniedziałek 2025-03-03		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), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Mix sałat 10g.	Krupnik 350ml(1,8,13), buraczki gotowane 120g (1,2), gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), ziemniaki 250g.	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Ser żółty 50g(2), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, papryka św. 50g, Mix sałat 10g.
II Śniadanie: Mus antybaton 1 szt. , Napój roślinny 330ml*,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2430.48 kcal; Białko ogółem: 122.99 g; Tłuszcz: 73.83 g; Węglowodany ogółem: 331.29 g; Sól: 6.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.54 g; suma cukrów prostych: 91.53 g; Błonnik pokarmowy: 32.50 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), masło 10g - 1 szt. (2), ogórek zielony 50g, filet pieczony z indyka 40g, serek homo waniliowy 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), schab duszony w sosie własnym 90g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynki 150g, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopočka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g, Mix салат 10g,
		Posiłek nocny: Mus antybaton 1 szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2667.43 kcal; Białko ogółem: 125.20 g; Tłuszcz: 68.82 g; Węglowodany ogółem: 387.93 g; Sól: 7.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.09 g; suma cukrów prostych: 95.07 g; Błonnik pokarmowy: 30.60 g;

wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), serek homo waniliowy 60g (2), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynki 150g, ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopočka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Pomidor 50g, Mix салат 10g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2415.80 kcal; Białko ogółem: 117.25 g; Tłuszcz: 57.73 g; Węglowodany ogółem: 356.28 g; Sól: 6.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.40 g; suma cukrów prostych: 100.82 g; Błonnik pokarmowy: 26.40 g;

wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g, serek homo waniliowy 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynki 150g, ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopočka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Pomidor 50g, Mix салат 10g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2415.80 kcal; Białko ogółem: 117.25 g; Tłuszcz: 57.73 g; Węglowodany ogółem: 356.28 g; Sól: 6.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.40 g; suma cukrów prostych: 100.82 g; Błonnik pokarmowy: 26.40 g;

wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), ogórek zielony 50g, filet pieczony z indyka 40g, serek homog. nat. 60g.(2), Mix салат 10g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, mandarynki 150g, ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Polędwica sopočka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, rzodkiewka 50g, Mix салат 10g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt., Ciastko zbożowe 1szt. ,		
		Posiłek nocny: Mus antybaton 1 szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2355.83 kcal; Białko ogółem: 115.91 g; Tłuszcz: 75.37 g; Węglowodany ogółem: 306.70 g; Sól: 5.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.11 g; suma cukrów prostych: 68.56 g; Błonnik pokarmowy: 28.27 g;

wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jarzynka gotowana 150g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 100g,	Herbata z cukrem 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jarzynka gotowana 150g*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Masło 15g*(2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2181.73 kcal; Białko ogółem: 112.39 g; Tłuszcz: 93.24 g; Węglowodany ogółem: 234.73 g; Sól: 4.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.41 g; suma cukrów prostych: 88.49 g; Błonnik pokarmowy: 26.79 g;

wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Jarzynka gotowana 150g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Jarzynka gotowana 150g*, Masło 15g*(2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2068.63 kcal; Białko ogółem: 109.92 g; Tłuszcz: 93.11 g; Węglowodany ogółem: 208.08 g; Sól: 4.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.40 g; suma cukrów prostych: 88.10 g; Błonnik pokarmowy: 24.71 g;

wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), ogórek zielony 50g, filet pieczony z indyka 40g, serek homo waniliowy 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), schab duszony w sosie własnym 90g*, mandarynki 150g, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopočka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g, Mix салат 10g,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt., Ciastko zbożowe 1szt. ,		Posiłek nocny: Mus antybaton 1 szt. , Woda mineralna 500ml*,
---	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2947.43 kcal; Białko ogółem: 134.70 g; Tłuszcz: 82.82 g; Węglowodany ogółem: 410.98 g; Sól: 7.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.17 g; suma cukrów prostych: 104.22 g; Błonnik pokarmowy: 30.60 g;

wtorek 2025-03-04 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), serek homo waniliowy 60g (2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynki 150g, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopočka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Pomidor 50g, Mix sałat 10g,
II Śniadanie: Ciastko zbożowe 1szt. , Kefir 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2695.80 kcal; Białko ogółem: 126.75 g; Tłuszcz: 71.73 g; Węglowodany ogółem: 379.33 g; Sól: 7.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.49 g; suma cukrów prostych: 109.97 g; Błonnik pokarmowy: 26.40 g;

wtorek 2025-03-04 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), ogórek zielony 50g, filet pieczony z indyka 40g , serek homog. nat. 60g.(2), Mix sałat 10g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mandarynki 150g, ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Polędwica sopočka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, rzodkiewka 50g, Mix sałat 10g,
II Śniadanie: Ciastko zbożowe 1szt. , Kefir 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Mus antybaton 1 szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2355.83 kcal; Białko ogółem: 115.91 g; Tłuszcz: 75.37 g; Węglowodany ogółem: 306.70 g; Sól: 5.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.11 g; suma cukrów prostych: 68.56 g; Błonnik pokarmowy: 28.27 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-03-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z fasoli 60g , Serek almette 2szt. 60g (2), papryka św. 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	jarzynowa 7-skład. 350ml (1,2,13), ziemniaki 250g, surówka z ogórka kisz. 120g(11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 50g(2), Napój roślinny 330ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), ogórek zielony 50g, Mix салат 10g,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3400.52 kcal; Białko ogółem: 137.55 g; Tłuszcz: 105.20 g; Węglowodany ogółem: 481.53 g; Sól: 11.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 85.23 g; suma cukrów prostych: 113.15 g; Błonnik pokarmowy: 41.03 g;

środa 2025-03-05 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Serek almette 2szt. 60g (2), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), jabłko deserowe 1 szt. , Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 50g(2), Napój roślinny 330ml*, Pomidor 50g, Mix салат 10g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2598.50 kcal; Białko ogółem: 112.54 g; Tłuszcz: 69.58 g; Węglowodany ogółem: 384.73 g; Sól: 6.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 76.95 g; suma cukrów prostych: 119.70 g; Błonnik pokarmowy: 31.56 g;

środa 2025-03-05 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Serek almette 2szt. 60g (2), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), jabłko deserowe 1 szt. , ziemniaki 250g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 50g(2), Napój roślinny 330ml*, Pomidor 50g, Mix салат 10g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2598.50 kcal; Białko ogółem: 112.54 g; Tłuszcz: 69.58 g; Węglowodany ogółem: 384.73 g; Sól: 6.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 76.95 g; suma cukrów prostych: 119.70 g; Błonnik pokarmowy: 31.56 g;

środa 2025-03-05 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pasta z fasoli 60g , papryka św. 50g, masło 10g - 1 szt. (2), Serek almette 2szt. 60g (2), Mix салат 10g,	jarzynowa 7-skład. 350ml (1,2,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, surówka z ogórka kisz. 120g(11,13), jabłko deserowe 1 szt. , ziemniaki 250g, Sos koperkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 50g(2), Napój roślinny b/c 330ml*, ogórek zielony 50g, Mix салат 10g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus antybaton 1 szt. ,		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2628.62 kcal; Białko ogółem: 114.58 g; Tłuszcz: 81.54 g; Węglowodany ogółem: 372.04 g; Sól: 8.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 81.44 g; suma cukrów prostych: 81.94 g; Błonnik pokarmowy: 39.03 g;

środa 2025-03-05 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 15g*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*, Napój roślinny 330ml*, Masło 15g*(2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2209.61 kcal; Białko ogółem: 112.67 g; Tłuszcz: 110.72 g; Węglowodany ogółem: 197.74 g; Sól: 2.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.04 g; suma cukrów prostych: 104.31 g; Błonnik pokarmowy: 19.89 g;

środa 2025-03-05 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Napój roślinny 330ml*, Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2097.41 kcal; Białko ogółem: 112.56 g; Tłuszcz: 98.35 g; Węglowodany ogółem: 197.64 g; Sól: 2.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.84 g; suma cukrów prostych: 104.22 g; Błonnik pokarmowy: 19.89 g;

środa 2025-03-05 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z fasoli 60g , Serek almette 2szt. 60g (2), papryka św. 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	jarzynowa 7-skład. 350ml (1,2,13), ziemniaki 250g, jabłko deserowe 1 szt. , Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z ogórka kisz. 120g(11,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 50g(2), Napój roślinny 330ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), ogórek zielony 50g, Mix sałat 10g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus antybaton 1 szt. ,		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3555.52 kcal; Białko ogółem: 144.65 g; Tłuszcz: 110.80 g; Węglowodany ogółem: 499.73 g; Sól: 11.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 87.32 g; suma cukrów prostych: 128.35 g; Błonnik pokarmowy: 41.03 g;

środa 2025-03-05 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Serek almette 2szt. 60g (2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), jabłko deserowe 1 szt. , Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), ziemniaki 250g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 50g(2), Napój roślinny 330ml*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus ryżowy 1szt. ,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2742.50 kcal; Białko ogółem: 118.24 g; Tłuszcz: 72.08 g; Węglowodany ogółem: 408.93 g; Sól: 7.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 78.14 g; suma cukrów prostych: 141.90 g; Błonnik pokarmowy: 31.56 g;

środa 2025-03-05 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), Pasta z fasoli 60g , papryka św. 50g, masło 10g - 1 szt. (2), Serek almette 2szt. 60g (2), Mix sałat 10g,	jarzynowa 7-skład. 350ml (1,2,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), surówka z ogórka kisz. 120g(11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , ziemniaki 250g, Sos koperkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg krajanka 50g(2), Napój roślinny b/c 330ml*, ogórek zielony 50g, Mix sałat 10g,
II Śniadanie: Mus antybaton 1 szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2628.62 kcal; Białko ogółem: 114.58 g; Tłuszcz: 81.54 g; Węglowodany ogółem: 372.04 g; Sól: 8.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 81.44 g; suma cukrów prostych: 81.94 g; Błonnik pokarmowy: 39.03 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-03-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt.chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, ser topiony 2 szt. 34g 92), schab na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. .	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Marchewka z groszkiem 120g.(1,2), ziemniaki 250g, pomarańcza 1 szt, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt.chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka kons. 50g (11), Mix sałat 10g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus antybaton 1 szt. .

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2598.65 kcal; Białko ogółem: 131.57 g; Tłuszcz: 79.87 g; Węglowodany ogółem: 342.71 g; Sól: 8.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.85 g; suma cukrów prostych: 82.28 g; Błonnik pokarmowy: 27.45 g;

czwartek 2025-03-06 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt.chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Twarożek z koperkiem 60g (2), schab na kartki 40g, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), pomarańcza 1 szt, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt.chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Pomidor 50g, Mix sałat 10g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt. .

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2350.62 kcal; Białko ogółem: 128.44 g; Tłuszcz: 70.05 g; Węglowodany ogółem: 302.33 g; Sól: 7.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.80 g; suma cukrów prostych: 87.56 g; Błonnik pokarmowy: 19.46 g;

czwartek 2025-03-06 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt.chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Twarożek z koperkiem 60g (2), schab na kartki 40g, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt.chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Pomidor 50g, Mix sałat 10g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt. .

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2350.62 kcal; Białko ogółem: 128.44 g; Tłuszcz: 70.05 g; Węglowodany ogółem: 302.33 g; Sól: 7.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.80 g; suma cukrów prostych: 87.56 g; Błonnik pokarmowy: 19.46 g;

czwartek 2025-03-06 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, Twarożek z koperkiem 60g (2), schab na kartki 40g, Mix sałat 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), pomarańcza 1 szt, Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, papryka kons. 50g (11), Mix sałat 10g.
II Śniadanie: Napój roślinny 330ml*, mus warzywno-owocowy 100g.		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus antybaton 1 szt. .

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2180.52 kcal; Białko ogółem: 120.51 g; Tłuszcz: 71.44 g; Węglowodany ogółem: 274.03 g; Sól: 5.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.42 g; suma cukrów prostych: 70.14 g; Błonnik pokarmowy: 27.18 g;

czwartek 2025-03-06 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 150g(1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Masło 15g*(2).
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2131.23 kcal; Białko ogółem: 114.11 g; Tłuszcz: 91.91 g; Węglowodany ogółem: 220.95 g; Sól: 3.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.30 g; suma cukrów prostych: 93.05 g; Błonnik pokarmowy: 22.15 g;

czwartek 2025-03-06 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Masło 15g*(2).	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., buraczki gotowane 150g(1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1870.23 kcal; Białko ogółem: 108.41 g; Tłuszcz: 91.61 g; Węglowodany ogółem: 159.45 g; Sól: 3.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.27 g; suma cukrów prostych: 92.15 g; Błonnik pokarmowy: 17.35 g;

czwartek 2025-03-06 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt.chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, ser topiony 2 szt. 34g 92), schab na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. .	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Marchewka z groszkiem 120g.(1,2), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt.chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., papryka kons. 50g (11), chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka kons. 50g (11), Mix sałat 10g,

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), Pomidor 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), miód 2szt. (50g), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g*., kiwi 1szt., Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt.,chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g, Mix салат 10g,
		Posilek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2900.57 kcal; Białko ogółem: 107.31 g; Tłuszcz: 70.25 g; Węglowodany ogółem: 470.79 g; Sól: 6.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.56 g; suma cukrów prostych: 126.17 g; Błonnik pokarmowy: 31.59 g;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), miód 2szt. (50g), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g*., Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynki 150g, Salata zielona z sosem winegret 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt.,chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Pomidor 50g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix салат 10g,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2542.32 kcal; Białko ogółem: 86.81 g; Tłuszcz: 65.77 g; Węglowodany ogółem: 407.58 g; Sól: 5.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.45 g; suma cukrów prostych: 128.81 g; Błonnik pokarmowy: 26.36 g;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), miód 2szt. (50g), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g*., Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynki 150g, Salata zielona z sosem winegret 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt.,chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Pomidor 50g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix салат 10g,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2542.32 kcal; Białko ogółem: 86.81 g; Tłuszcz: 65.77 g; Węglowodany ogółem: 407.58 g; Sól: 5.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.45 g; suma cukrów prostych: 128.81 g; Błonnik pokarmowy: 26.36 g;

piątek 2025-03-07 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), Pomidor 50g, kakao b/c 250ml (2), twaróg krajanka 50g(2), Polędwica sopocka 40g (8), Mix салат 10g,	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Risotto dieta 300g* (13) , Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, kiwi 1szt., Salata zielona z sosem winegret 80g,	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), filet pieczony z indyka 40g , rzodkiewka 50g, Jogurt naturalny 150g, Mix салат 10g,
II Śniadanie: Ciastko zbożowe 1szt. , sok warzywny 300ml 1 szt. ,	Posilek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2230.94 kcal; Białko ogółem: 109.08 g; Tłuszcz: 70.77 g; Węglowodany ogółem: 286.37 g; Sól: 7.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.44 g; suma cukrów prostych: 66.04 g; Błonnik pokarmowy: 28.76 g;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
kakao 250ml (1,2), Platki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), brokuly z wody 120 g, ziemniaki 250g,	pomidorowa z makaronem 350ml(1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), ziemniaki 100g,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2307.85 kcal; Białko ogółem: 125.36 g; Tłuszcz: 79.51 g; Węglowodany ogółem: 284.33 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.98 g; suma cukrów prostych: 114.65 g; Błonnik pokarmowy: 26.97 g;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
kakao 250ml (1,2), Platki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), brokuly z wody 120 g, Masło 20g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, pomidorowa z makaronem 350ml(1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Masło 20g* (2),
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2215.55 kcal; Białko ogółem: 117.09 g; Tłuszcz: 112.06 g; Węglowodany ogółem: 192.36 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.82 g; suma cukrów prostych: 113.54 g; Błonnik pokarmowy: 19.77 g;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), Pomidor 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Polędwica sopočka 40g (8), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Risotto dieta 300g* (13) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, kiwi 1szt., Sałata zielona z sosem winegret 80g.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt.,chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , rzodkiewka 50g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g, Mix sałat 10g.
II Śniadanie: Ciastko zbożowe 1szt. , sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3165.40 kcal; Białko ogółem: 140.18 g; Tłuszcz: 89.43 g; Węglowodany ogółem: 445.21 g; Sól: 10.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.05 g; suma cukrów prostych: 126.23 g; Błonnik pokarmowy: 34.64 g;

piątek 2025-03-07 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), Polędwica sopočka 40g (8), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Risotto dieta 300g* (13) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynki 150g, Sałata zielona z sosem winegret 80g.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt.,chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Pomidor 50g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix sałat 10g.
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Ciastko zbożowe 1szt. ,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2798.15 kcal; Białko ogółem: 119.18 g; Tłuszcz: 84.86 g; Węglowodany ogółem: 379.80 g; Sól: 9.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.93 g; suma cukrów prostych: 127.97 g; Błonnik pokarmowy: 28.17 g;

piątek 2025-03-07 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), Pomidor 50g, kakao bez cukru 250ml (2), twaróg krajanka 50g(2), Polędwica sopočka 40g (8), Mix sałat 10g.	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Risotto dieta 300g* (13) , Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., Sałata zielona z sosem winegret 80g.	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), filet pieczony z indyka 40g , rzodkiewka 50g, Jogurt naturalny 150g, Mix sałat 10g.
II Śniadanie: Ciastko zbożowe 1szt. , sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2230.94 kcal; Białko ogółem: 109.08 g; Tłuszcz: 70.77 g; Węglowodany ogółem: 286.37 g; Sól: 7.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.44 g; suma cukrów prostych: 66.04 g; Błonnik pokarmowy: 28.76 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-03-08		
Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szynka na kartki 40g, ogórek zielony 50g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Zraz 90g w sosie myśliwskim 100g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Banan 1 szt, ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Napój roślinny 330ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pomidor 50g, Mix салат 10g,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3225.47 kcal; Białko ogółem: 119.75 g; Tłuszcz: 94.51 g; Węglowodany ogółem: 475.37 g; Sól: 8.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.04 g; suma cukrów prostych: 141.12 g; Błonnik pokarmowy: 35.57 g;

sobota 2025-03-08		
Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g (2), Herbata 250g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), Banan 1 szt, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Napój roślinny 330ml*, Mix салат 10g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2708.40 kcal; Białko ogółem: 104.66 g; Tłuszcz: 68.42 g; Węglowodany ogółem: 421.78 g; Sól: 8.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 73.89 g; suma cukrów prostych: 148.72 g; Błonnik pokarmowy: 27.73 g;

sobota 2025-03-08		
Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g (2), Herbata 250g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Banan 1 szt, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g,	Pomidor 50g, Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Napój roślinny 330ml*, Mix салат 10g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2708.40 kcal; Białko ogółem: 104.66 g; Tłuszcz: 68.42 g; Węglowodany ogółem: 421.78 g; Sól: 8.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 73.89 g; suma cukrów prostych: 148.72 g; Błonnik pokarmowy: 27.73 g;

sobota 2025-03-08		
Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), szynka na kartki 40g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), ogórek zielony 50g, Mix салат 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , surówka z marchewki z jabłkiem 120g, ziemniaki 250g,	Pomidor 50g, 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), herbata bez cukru 250ml, Napój roślinny 330ml*, Mix салат 10g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, mus warzywno-owocowy 100g,		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2486.87 kcal; Białko ogółem: 109.85 g; Tłuszcz: 70.52 g; Węglowodany ogółem: 360.71 g; Sól: 7.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.85 g; suma cukrów prostych: 80.97 g; Błonnik pokarmowy: 34.36 g;

sobota 2025-03-08		
Jadłospis dla diety: Pakowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Napój roślinny 330ml*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2241.58 kcal; Białko ogółem: 113.05 g; Tłuszcz: 84.28 g; Węglowodany ogółem: 267.93 g; Sól: 2.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.12 g; suma cukrów prostych: 91.86 g; Błonnik pokarmowy: 26.04 g;

sobota 2025-03-08		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Masło 20g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Napój roślinny 330ml*, Masło 20g* (2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2283.50 kcal; Białko ogółem: 101.13 g; Tłuszcz: 110.26 g; Węglowodany ogółem: 231.28 g; Sól: 2.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.50 g; suma cukrów prostych: 94.03 g; Błonnik pokarmowy: 25.10 g;

sobota 2025-03-08		
Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szynka na kartki 40g, ogórek zielony 50g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Zraz 90g w sosie myśliwskim 100g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, ziemniaki 250g,	masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata 250g, Napój roślinny 330ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pomidor 50g, Mix салат 10g,

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-03-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Ser żółty 50g(2), papryka św. 50g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. .	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z kurczaka panier. 100g*(1,3,13), ziemniaki 250g, kapusta biała zasmażana 120g (1,2,13), gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroż. 250ml*.	masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g, Mix sałat 10g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2945.62 kcal; Białko ogółem: 132.54 g; Tłuszcz: 95.50 g; Węglowodany ogółem: 393.60 g; Sól: 11.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.53 g; suma cukrów prostych: 98.92 g; Błonnik pokarmowy: 32.36 g;

niedziela 2025-03-09 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), serek homog. nat. 60g.(2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, buraczki gotowane 120g (1,2), ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), pomarańcza 1 szt., Kompot z owoców mroż. 250ml*.	polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2580.52 kcal; Białko ogółem: 131.91 g; Tłuszcz: 76.70 g; Węglowodany ogółem: 341.37 g; Sól: 8.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.56 g; suma cukrów prostych: 95.34 g; Błonnik pokarmowy: 24.39 g;

niedziela 2025-03-09 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), serek homog. nat. 60g.(2), Polędwica sopočka 40g (8), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2).	Pomidor 50g, polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix sałat 10g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2347.32 kcal; Białko ogółem: 119.43 g; Tłuszcz: 54.14 g; Węglowodany ogółem: 341.09 g; Sól: 6.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.10 g; suma cukrów prostych: 95.54 g; Błonnik pokarmowy: 24.27 g;

niedziela 2025-03-09 Jadłospis dla diety: Z ogran. 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), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), papryka św. 50g, Ser żółty 50g(2), Mix sałat 10g.	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2).	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Mix sałat 10g.
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt., Ciastko zbożowe 1szt. .		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2552.72 kcal; Białko ogółem: 139.15 g; Tłuszcz: 92.84 g; Węglowodany ogółem: 297.49 g; Sól: 7.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.36 g; suma cukrów prostych: 83.66 g; Błonnik pokarmowy: 29.81 g;

niedziela 2025-03-09 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml, jajo, masło 350ml.	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2).	Herbata 250g, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Masło 15g*(2).
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2141.98 kcal; Białko ogółem: 110.04 g; Tłuszcz: 87.87 g; Węglowodany ogółem: 234.67 g; Sól: 2.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.73 g; suma cukrów prostych: 112.11 g; Błonnik pokarmowy: 19.31 g;

niedziela 2025-03-09 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml, jajo, masło 350ml, Sucharki 40g (1).	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2).	Herbata z cukrem 250ml*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sucharki 40g (1).
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2101.62 kcal; Białko ogółem: 117.14 g; Tłuszcz: 79.88 g; Węglowodany ogółem: 231.85 g; Sól: 2.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.88 g; suma cukrów prostych: 116.19 g; Błonnik pokarmowy: 17.77 g;

niedziela 2025-03-09 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Ser żółty 50g(2), papryka św. 50g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	pomidorowa z makaronem 350ml. (1,2,3,8,13), Filet z kurczaka panier. 100g*(1,3,13), ziemniaki 250g, kapusta biała zasmażana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gruszka 1 szt.,	masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g, Mix sałat 10g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt., Ciastko zbożowe 1szt. ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3225.62 kcal; Białko ogółem: 142.04 g; Tłuszcz: 109.50 g; Węglowodany ogółem: 416.65 g; Sól: 12.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.62 g; suma cukrów prostych: 108.07 g; Błonnik pokarmowy: 32.36 g;

niedziela 2025-03-09 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), serek homog. nat. 60g.(2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	pomidorowa z makaronem 350ml. (1,2,3,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, pomarańcza 1 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Pomidor 50g, polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix sałat 10g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt., Ciastko zbożowe 1szt. ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2860.52 kcal; Białko ogółem: 141.41 g; Tłuszcz: 90.70 g; Węglowodany ogółem: 364.42 g; Sól: 8.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.64 g; suma cukrów prostych: 104.49 g; Błonnik pokarmowy: 24.39 g;

niedziela 2025-03-09 Jadłospis 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), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), papryka św. 50g, Ser żółty 50g(2), Mix sałat 10g,	pomidorowa z makaronem 350ml. (1,2,3,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, herbata bez cukru 250ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., rzodkiewka 50g, Mix sałat 10g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt., Ciastko zbożowe 1szt. ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2523.32 kcal; Białko ogółem: 133.25 g; Tłuszcz: 91.78 g; Węglowodany ogółem: 299.09 g; Sól: 6.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.71 g; suma cukrów prostych: 84.56 g; Błonnik pokarmowy: 31.06 g;

Dietetyk

.....