

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), serek homo waniliowy 60g (2), Pomidor 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Knedle z truskawkami 350g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, kajzerka 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), ogórek zielony 50g, Mix sałat 10g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2898.81 kcal; Białko ogółem: 112.91 g; Tłuszcz: 66.61 g; Węglowodany ogółem: 462.82 g; Sól: 7.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.78 g; suma cukrów prostych: 143.80 g; Błonnik pokarmowy: 30.90 g;

poniedziałek 2025-03-24		
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), serek homo waniliowy 60g (2), Pomidor 50g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Mix sałat 10g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), pomarańcza 1 szt, Knedle z truskawkami 350g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), schab na kartki 40g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2583.05 kcal; Białko ogółem: 96.69 g; Tłuszcz: 60.92 g; Węglowodany ogółem: 410.84 g; Sól: 6.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.08 g; suma cukrów prostych: 135.19 g; Błonnik pokarmowy: 26.57 g;

poniedziałek 2025-03-24		
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), serek homo waniliowy 60g (2), Pomidor 50g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Mix sałat 10g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), pomarańcza 1 szt, Knedle z truskawkami 350g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), schab na kartki 40g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2583.05 kcal; Białko ogółem: 96.69 g; Tłuszcz: 60.92 g; Węglowodany ogółem: 410.84 g; Sól: 6.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.08 g; suma cukrów prostych: 135.19 g; Błonnik pokarmowy: 26.57 g;

poniedziałek 2025-03-24		
Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych 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), serek homog. nat. 60g, (2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 350g (1,2,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt,	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), schab na kartki 40g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix sałat 10g, ogórek zielony 50g,
II Śniadanie: Mus antybaton 1 szt. , Napój roślinny 330ml*,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2218.50 kcal; Białko ogółem: 101.78 g; Tłuszcz: 57.56 g; Węglowodany ogółem: 333.28 g; Sól: 5.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.25 g; suma cukrów prostych: 90.09 g; Błonnik pokarmowy: 33.49 g;

poniedziałek 2025-03-24		
Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Ryż na ml, jajo, masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2259.19 kcal; Białko ogółem: 120.34 g; Tłuszcz: 89.67 g; Węglowodany ogółem: 251.19 g; Sól: 2.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.81 g; suma cukrów prostych: 105.63 g; Błonnik pokarmowy: 22.80 g;

poniedziałek 2025-03-24		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, brokuły z wody 120g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2067.42 kcal; Białko ogółem: 116.59 g; Tłuszcz: 84.81 g; Węglowodany ogółem: 217.68 g; Sól: 2.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.87 g; suma cukrów prostych: 101.33 g; Błonnik pokarmowy: 20.22 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), serek homo waniliowy 60g (2), Pomidor 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, pomarańcza 1 szt, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 350g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, kajzerka 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), ogórek zielony 50g, Mix салат 10g,
II Śniadanie: Mus antybaton 1 szt. , Napój roślinny 330ml*,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2981.71 kcal; Białko ogółem: 135.18 g; Tłuszcz: 67.40 g; Węglowodany ogółem: 460.31 g; Sól: 7.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.38 g; suma cukrów prostych: 152.15 g; Błonnik pokarmowy: 35.45 g;

poniedziałek 2025-03-24 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
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), serek homo waniliowy 60g (2), Pomidor 50g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Mix салат 10g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), pomarańcza 1 szt, Makaron z sosem mięsno-pomidor.350g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), schab na kartki 40g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, kajzerka 50g (1), Mix салат 10g, Pomidor 50g,
II Śniadanie: Mus ryżowy 1szt., Napój roślinny 330ml*,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2668.85 kcal; Białko ogółem: 111.01 g; Tłuszcz: 63.00 g; Węglowodany ogółem: 417.71 g; Sól: 7.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.95 g; suma cukrów prostych: 143.87 g; Błonnik pokarmowy: 30.95 g;

poniedziałek 2025-03-24 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 farmerska 40g(1,2,11,13), serek homog. nat. 60g (2), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), pomarańcza 1 szt, Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 350g (1,2,13),	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), schab na kartki 40g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix салат 10g, ogórek zielony 50g,
II Śniadanie: Mus antybaton 1 szt. , Napój roślinny 330ml*,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2218.50 kcal; Białko ogółem: 101.78 g; Tłuszcz: 57.56 g; Węglowodany ogółem: 333.28 g; Sól: 5.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.25 g; suma cukrów prostych: 90.09 g; Błonnik pokarmowy: 33.49 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-03-25 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), rzodkiewka 50g, filet pieczony z indyka 40g, Ser żółty 50g(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt.	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z kurczaka panier. 100g*(1,3,13), kapusta biała zasmażana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, kiwi 1szt., ziemniaki 250g,	ogórek kisz 50g, 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), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g,
		Posiłek nocny: Mus antybaton 1 szt., Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2708.21 kcal; Białko ogółem: 122.58 g; Tłuszcz: 77.94 g; Węglowodany ogółem: 383.47 g; Sól: 11.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.25 g; suma cukrów prostych: 77.47 g; Błonnik pokarmowy: 26.53 g;

wtorek 2025-03-25 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), filet pieczony z indyka 40g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Twarożek z koperkiem 60g (2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt., ziemniaki 250g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13).	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix sałat 10g, Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2354.85 kcal; Białko ogółem: 123.77 g; Tłuszcz: 50.23 g; Węglowodany ogółem: 354.73 g; Sól: 6.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.11 g; suma cukrów prostych: 93.67 g; Błonnik pokarmowy: 22.64 g;

wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g, Twarożek z koperkiem 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt., ziemniaki 250g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13).	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix sałat 10g, Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2354.85 kcal; Białko ogółem: 123.77 g; Tłuszcz: 50.23 g; Węglowodany ogółem: 354.73 g; Sól: 6.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.11 g; suma cukrów prostych: 93.67 g; Błonnik pokarmowy: 22.64 g;

wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych 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), rzodkiewka 50g, filet pieczony z indyka 40g, Ser żółty 50g(2), Mix sałat 10g.	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., ziemniaki 250g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13).	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix sałat 10g, herbata bez cukru 250ml, ogórek kisz 50g.
II Śniadanie: Ciastko zbożowe 1szt., Kefir 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus antybaton 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2316.80 kcal; Białko ogółem: 128.99 g; Tłuszcz: 74.32 g; Węglowodany ogółem: 290.50 g; Sól: 7.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.89 g; suma cukrów prostych: 51.69 g; Błonnik pokarmowy: 24.75 g;

wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml.jajo.masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 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.
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2053.79 kcal; Białko ogółem: 104.77 g; Tłuszcz: 71.12 g; Węglowodany ogółem: 256.67 g; Sól: 3.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.12 g; suma cukrów prostych: 89.13 g; Błonnik pokarmowy: 21.45 g;

wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml.jajo.masło 350ml,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 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,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1956.42 kcal; Białko ogółem: 98.45 g; Tłuszcz: 78.09 g; Węglowodany ogółem: 223.36 g; Sól: 2.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.21 g; suma cukrów prostych: 87.67 g; Błonnik pokarmowy: 19.79 g;

wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, filet pieczony z indyka 40g, Ser żółty 50g(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt.	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z kurczaka panier. 100g*(1,3,13), kapusta biała zasmażana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, kiwi 1szt., ziemniaki 250g,	ogórek kisz 50g, 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), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g.

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2988.21 kcal; Białko ogółem: 132.08 g; Tłuszcz: 91.94 g; Węglowodany ogółem: 406.52 g; Sól: 11.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.34 g; suma cukrów prostych: 86.62 g; Błonnik pokarmowy: 26.53 g;

wtorek 2025-03-25 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (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), Twarożek z koperkiem 60g (2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , ziemniaki 250g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix sałat 10g, Pomidor 50g.
II Śniadanie: Ciastko zbożowe 1szt. , Kefir 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2634.85 kcal; Białko ogółem: 133.27 g; Tłuszcz: 64.23 g; Węglowodany ogółem: 377.78 g; Sól: 7.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.20 g; suma cukrów prostych: 102.82 g; Błonnik pokarmowy: 22.64 g;

wtorek 2025-03-25 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), rzodkiewka 50g, filet pieczony z indyka 40g , Ser żółty 50g(2), Mix sałat 10g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., ziemniaki 250g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka na kartki 40g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix sałat 10g, ogórek kisz 50g.
II Śniadanie: Ciastko zbożowe 1szt. , Kefir 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus antybaton 1 szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2316.80 kcal; Białko ogółem: 128.99 g; Tłuszcz: 74.32 g; Węglowodany ogółem: 290.50 g; Sól: 7.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.89 g; suma cukrów prostych: 51.69 g; Błonnik pokarmowy: 24.75 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-03-26 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), Połudwica sopocka 40g (8), Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), papryka św. 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Krupnik 350ml(1,8,13), kopytka 250g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Banan 1 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), połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3227.22 kcal; Białko ogółem: 137.82 g; Tłuszcz: 87.58 g; Węglowodany ogółem: 466.59 g; Sól: 11.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.91 g; suma cukrów prostych: 139.75 g; Błonnik pokarmowy: 31.43 g;

środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Połudwica sopocka 40g (8), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, kopytka 250g (1,2,3), Banan 1 szt, buraczki gotowane 120g (1,2), Gulasz drobiowy 160g* (1,13) ,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330ml*, Mix sałat 10g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2728.34 kcal; Białko ogółem: 117.73 g; Tłuszcz: 60.50 g; Węglowodany ogółem: 424.65 g; Sól: 7.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.31 g; suma cukrów prostych: 144.04 g; Błonnik pokarmowy: 27.14 g;

środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Połudwica sopocka 40g (8), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), kopytka 250g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), 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), połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330ml*, Mix sałat 10g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2728.34 kcal; Białko ogółem: 117.73 g; Tłuszcz: 60.50 g; Węglowodany ogółem: 424.65 g; Sól: 7.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.31 g; suma cukrów prostych: 144.04 g; Błonnik pokarmowy: 27.14 g;

środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Z ograni. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Połudwica sopocka 40g (8), papryka św. 50g, masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Mix sałat 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , sałatka z buraków 120g (3,11,13), Grejfrut 1/2 szt. , ziemniaki 250g,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330ml*, Mix sałat 10g, herbata bez cukru 250ml, Pomidor 50g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus antybaton 1 szt. ,		
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2369.11 kcal; Białko ogółem: 111.54 g; Tłuszcz: 73.17 g; Węglowodany ogółem: 317.59 g; Sól: 6.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.69 g; suma cukrów prostych: 76.61 g; Błonnik pokarmowy: 28.09 g;

środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Sucharki 40g (1),	Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuly z wody 120 g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*, Napój roślinny 330ml*, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2267.90 kcal; Białko ogółem: 115.53 g; Tłuszcz: 79.22 g; Węglowodany ogółem: 281.86 g; Sól: 2.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.30 g; suma cukrów prostych: 98.04 g; Błonnik pokarmowy: 25.03 g;

środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuly z wody 120 g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Napój roślinny 330ml*, Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 250g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2124.55 kcal; Białko ogółem: 101.95 g; Tłuszcz: 81.20 g; Węglowodany ogółem: 255.70 g; Sól: 2.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.06 g; suma cukrów prostych: 97.12 g; Błonnik pokarmowy: 23.64 g;

środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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), Połudwica sopocka 40g (8), Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), papryka św. 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Krupnik 350ml(1,8,13), kopytka 250g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, sałatka z buraków 120g (3,11,13), 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), połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pomidor 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]: 3382.22 kcal; Białko ogółem: 144.92 g; Tłuszcz: 93.18 g; Węglowodany ogółem: 484.79 g; Sól: 11.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.00 g; suma cukrów prostych: 154.95 g; Błonnik pokarmowy: 31.43 g;

środa 2025-03-26 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Połudwica sopocka 40g (8), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, kopytka 250g (1,2,3), Banan 1 szt, buraczki gotowane 120g (1,2), Gulasz drobiowy 160g* (1,13) ,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330ml*, Mix sałat 10g, Pomidor 50g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus ryżowy 1szt.,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2872.34 kcal; Białko ogółem: 123.43 g; Tłuszcz: 63.00 g; Węglowodany ogółem: 448.85 g; Sól: 7.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.50 g; suma cukrów prostych: 166.24 g; Błonnik pokarmowy: 27.14 g;

środa 2025-03-26 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), Połudwica sopocka 40g (8), papryka św. 50g, masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Mix sałat 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , Grejfrut 1/2 szt , sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, ziemniaki 250g,	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330ml*, Mix sałat 10g, Pomidor 50g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus antybaton 1 szt. ,		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2369.11 kcal; Białko ogółem: 111.54 g; Tłuszcz: 73.17 g; Węglowodany ogółem: 317.59 g; Sól: 6.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.69 g; suma cukrów prostych: 76.61 g; Błonnik pokarmowy: 28.09 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-03-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
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), ogórek zielony 50g, Serek almette 2szt. 60g (2), szynka na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), schab duszony w sosie własnym 90g*, surówka z kap. pekińskiej 120g, ziemniaki 250g, mandarynki 150g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), papryka kons. 50g (11), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g,
		Posiłek nocny: Mus antybaton 1 szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2739.55 kcal; Białko ogółem: 120.45 g; Tłuszcz: 81.70 g; Węglowodany ogółem: 386.02 g; Sól: 10.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 76.79 g; suma cukrów prostych: 94.94 g; Błonnik pokarmowy: 29.64 g;

czwartek 2025-03-27 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
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), Serek almette 2szt. 60g (2), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 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 , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix салат 10g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2446.13 kcal; Białko ogółem: 113.36 g; Tłuszcz: 67.05 g; Węglowodany ogółem: 350.13 g; Sól: 8.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 76.29 g; suma cukrów prostych: 101.26 g; Błonnik pokarmowy: 23.21 g;

czwartek 2025-03-27 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
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), Serek almette 2szt. 60g (2), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 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 , Pomidor 50g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix салат 10g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2446.13 kcal; Białko ogółem: 113.36 g; Tłuszcz: 67.05 g; Węglowodany ogółem: 350.13 g; Sól: 8.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 76.29 g; suma cukrów prostych: 101.26 g; Błonnik pokarmowy: 23.21 g;

czwartek 2025-03-27 Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwoprzyswajalnych 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), ogórek zielony 50g, Serek almette 2szt. 60g (2), szynka na kartki 40g, Mix салат 10g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, surówka z kap. pekińskiej 120g, Sos koperkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mandarynki 150g,	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), filet pieczony z indyka 40g , papryka kons. 50g (11), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix салат 10g,
II Śniadanie: Napój roślinny 330ml*, mus warzywno-owocowy 100g,		Posiłek nocny: Mus antybaton 1 szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2290.85 kcal; Białko ogółem: 105.86 g; Tłuszcz: 72.07 g; Węglowodany ogółem: 316.42 g; Sól: 7.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 75.68 g; suma cukrów prostych: 87.39 g; Błonnik pokarmowy: 29.91 g;

czwartek 2025-03-27 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Platki jęczmienne na ml, jajo.masło 350ml* (1,2,3), Sucharki 40g (1),	Szpinakowa z ziem.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2331.12 kcal; Białko ogółem: 117.70 g; Tłuszcz: 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;

czwartek 2025-03-27 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Platki jęczmienne na ml, jajo.masło 350ml* (1,2,3),	Szpinakowa z ziem.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2171.12 kcal; Białko ogółem: 112.10 g; Tłuszcz: 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;

czwartek 2025-03-27 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
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), ogórek zielony 50g, Serek almette 2szt. 60g (2), szynka na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), schab duszony w sosie własnym 90g*, surówka z kap. pekińskiej 120g, ziemniaki 250g, mandarynki 150g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), papryka kons. 50g (11), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt., Ciastko zbożowe 1szt. ,		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3301.15 kcal; Białko ogółem: 135.37 g; Tłuszcz: 94.20 g; Węglowodany ogółem: 478.36 g; Sól: 12.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.22 g; suma cukrów prostych: 134.67 g; Błonnik pokarmowy: 34.06 g;

piątek 2025-03-28	Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2	
kasza manna na mleku 350g (1,2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślany 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, Mix sałat 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 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 100g (2) 1szt, Pomidor 50g, Mix sałat 10g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt., Ciastko zbożowe 1szt. ,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2857.52 kcal; Białko ogółem: 126.57 g; Tłuszcz: 71.52 g; Węglowodany ogółem: 423.42 g; Sól: 10.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.52 g; suma cukrów prostych: 124.89 g; Błonnik pokarmowy: 29.80 g;

piątek 2025-03-28	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), Mix sałat 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,	herbata bez cukru 250ml, 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 100g (2) 1szt, Pomidor 50g, Mix sałat 10g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300ml. 1 szt., Ciastko zbożowe 1szt. ,		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2191.78 kcal; Białko ogółem: 103.58 g; Tłuszcz: 59.76 g; Węglowodany ogółem: 312.99 g; Sól: 9.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.97 g; suma cukrów prostych: 79.77 g; Błonnik pokarmowy: 30.32 g;

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-03-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z fasoli 60g , schab na kartki 40g, papryka św. 50g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	ogórkowa z ziem.350ml.(1,2,8,13), Kotlet mielony 100 g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gruszka 1 szt., Marchewka z groszkiem120g.(1,2), ziemniaki 250g.	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopocka 40g (8), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Napój roślinny 330ml*, ogórek zielony 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3069.60 kcal; Białko ogółem: 112.23 g; Tłuszcz: 74.86 g; Węglowodany ogółem: 487.91 g; Sól: 8.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.25 g; suma cukrów prostych: 114.77 g; Błonnik pokarmowy: 43.00 g;

sobota 2025-03-29 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, twarożek 60g (2), Herbata 250g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt. Pulpet drobiowy 100g (1,3), marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g.	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopocka 40g (8), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Napój roślinny 330ml*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2434.97 kcal; Białko ogółem: 110.86 g; Tłuszcz: 50.22 g; Węglowodany ogółem: 381.57 g; Sól: 7.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.62 g; suma cukrów prostych: 120.14 g; Błonnik pokarmowy: 25.40 g;

sobota 2025-03-29 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, twarożek 60g (2), Herbata 250g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt. Pulpet drobiowy 100g (1,3), marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g.	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopocka 40g (8), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Napój roślinny 330ml*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2434.97 kcal; Białko ogółem: 110.86 g; Tłuszcz: 50.22 g; Węglowodany ogółem: 381.57 g; Sól: 7.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.62 g; suma cukrów prostych: 120.14 g; Błonnik pokarmowy: 25.40 g;

sobota 2025-03-29 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych 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 65g (1), schab na kartki 40g, Pasta z fasoli 60g , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), papryka św. 50g, Mix sałat 10g,	ogórkowa z ziem.350ml.(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g.	masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Polędwica sopocka 40g (8), herbata bez cukru 250ml, Napój roślinny 330ml*, ogórek zielony 50g, Mix sałat 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]: 2479.65 kcal; Białko ogółem: 103.38 g; Tłuszcz: 54.85 g; Węglowodany ogółem: 400.22 g; Sól: 7.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.59 g; suma cukrów prostych: 79.35 g; Błonnik pokarmowy: 42.72 g;

sobota 2025-03-29 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 mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2).	Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Napój roślinny 330ml*.
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2118.47 kcal; Białko ogółem: 108.91 g; Tłuszcz: 85.74 g; Węglowodany ogółem: 235.53 g; Sól: 2.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.16 g; suma cukrów prostych: 104.94 g; Błonnik pokarmowy: 19.99 g;

sobota 2025-03-29 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 mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2).	Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Napój roślinny 330ml*, marchew gotowana 120g (1,2).
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1958.47 kcal; Białko ogółem: 103.31 g; Tłuszcz: 82.94 g; Węglowodany ogółem: 207.93 g; Sól: 2.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.84 g; suma cukrów prostych: 103.54 g; Błonnik pokarmowy: 18.55 g;

sobota 2025-03-29 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z fasoli 60g , schab na kartki 40g, papryka św. 50g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	ogórkowa z ziem.350ml.(1,2,8,13), Kotlet mielony 100 g (1,2), gruszka 1 szt., Marchewka z groszkiem120g.(1,2), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*.	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopocka 40g (8), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Napój roślinny 330ml*, ogórek zielony 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g.
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, mus warzywno-owocowy 100g.		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3122.75 kcal; Białko ogółem: 116.53 g; Tłuszcz: 76.86 g; Węglowodany ogółem: 491.14 g; Sól: 9.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.44 g; suma cukrów prostych: 114.00 g; Błonnik pokarmowy: 45.00 g;

sobota 2025-03-29		Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2
masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, twarożek 60g (2), Herbata 250g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt., marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g,	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopočka 40g (8), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Napój roślinny 330ml*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.
II Śniadanie: mus warzywno-owocowy 100g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt.		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2547.97 kcal; Białko ogółem: 115.16 g; Tłuszcz: 52.22 g; Węglowodany ogółem: 399.77 g; Sól: 8.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.81 g; suma cukrów prostych: 134.34 g; Błonnik pokarmowy: 27.40 g;

sobota 2025-03-29		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 65g (1), schab na kartki 40g, Pasta z fasoli 60g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), papryka św. 50g, Mix sałat 10g.	ogórkowa z ziem. 350ml.(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g.	masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Polędwica sopočka 40g (8), herbata bez cukru 250ml, Napój roślinny 330ml*, ogórek zielony 50g, Mix sałat 10g.
II Śniadanie: mus warzywno-owocowy 100g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt.		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2479.65 kcal; Białko ogółem: 103.38 g; Tłuszcz: 54.85 g; Węglowodany ogółem: 400.22 g; Sól: 7.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.59 g; suma cukrów prostych: 79.35 g; Błonnik pokarmowy: 42.72 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-03-30		
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), Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), rzodkiewka 50g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), 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), ziemniaki 250g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, kiwi 1szt.,	masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ogórek konserwowy 50g* (11), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2840.07 kcal; Białko ogółem: 140.27 g; Tłuszcz: 100.53 g; Węglowodany ogółem: 346.20 g; Sól: 9.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.45 g; suma cukrów prostych: 80.24 g; Błonnik pokarmowy: 26.80 g;

niedziela 2025-03-30		
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), serek homog. nat. 60g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Udko gotowane 1szt 200g, Banan 1 szt,	polędwica wiśniowa 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 100g (2) 1szt, Pomidor 50g, Mix sałat 10g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2790.20 kcal; Białko ogółem: 137.86 g; Tłuszcz: 95.96 g; Węglowodany ogółem: 345.48 g; Sól: 8.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.98 g; suma cukrów prostych: 107.63 g; Błonnik pokarmowy: 24.55 g;

niedziela 2025-03-30		
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), serek homog. nat. 60g (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Banan 1 szt,	polędwica wiśniowa 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 100g (2) 1szt, Pomidor 50g, Mix sałat 10g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2532.20 kcal; Białko ogółem: 123.14 g; Tłuszcz: 73.76 g; Węglowodany ogółem: 345.68 g; Sól: 7.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.79 g; suma cukrów prostych: 107.83 g; Błonnik pokarmowy: 24.43 g;

niedziela 2025-03-30		
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), serek homog. nat. 60g (2), rzodkiewka 50g, Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Mix sałat 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Udko gotowane 1szt 200g, kiwi 1szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ogórek konserwowy 50g* (11), 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]: 2519.67 kcal; Białko ogółem: 133.58 g; Tłuszcz: 110.13 g; Węglowodany ogółem: 253.28 g; Sól: 7.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.99 g; suma cukrów prostych: 59.38 g; Błonnik pokarmowy: 24.32 g;

niedziela 2025-03-30		
Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata 250g, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Sucharki 40g (1),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), bukiet warzyw dieta 120g,	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]: 2033.92 kcal; Białko ogółem: 116.46 g; Tłuszcz: 74.77 g; Węglowodany ogółem: 230.91 g; Sól: 2.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.59 g; suma cukrów prostych: 92.63 g; Błonnik pokarmowy: 20.49 g;

niedziela 2025-03-30		
Jadłospis dla diety: Płynna 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 mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, bukiet warzyw dieta 120g,	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]: 2003.32 kcal; Białko ogółem: 103.10 g; Tłuszcz: 88.26 g; Węglowodany ogółem: 207.93 g; Sól: 2.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.28 g; suma cukrów prostych: 72.18 g; Błonnik pokarmowy: 21.13 g;

niedziela 2025-03-30		
Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		

Jadłospisy dla oddziałów

kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), ser topiony 2 szt. 34g 92), rzodkiewka 50g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), 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), ziemniaki 250g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, kiwi 1szt.,	masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Ogórek konserwowy 50g* (11), chleb żytni 1 kromka 35g (1), 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]: 3121.07 kcal; Białko ogółem: 149.17 g; Tłuszcz: 114.03 g; Węglowodany ogółem: 371.25 g; Sól: 10.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.22 g; suma cukrów prostych: 90.69 g; Błonnik pokarmowy: 27.10 g;

niedziela 2025-03-30 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), serek homog. nat. 60g.(2), kasza manna na mleku 350g (1,2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Udko gotowane 1szt 200g, Banan 1 szt.,	polędwica wiśniowa 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 owocowy 100g 1szt. (2), Pomidor 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]: 3071.20 kcal; Białko ogółem: 146.76 g; Tłuszcz: 109.46 g; Węglowodany ogółem: 370.53 g; Sól: 8.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.76 g; suma cukrów prostych: 118.08 g; Błonnik pokarmowy: 24.85 g;

niedziela 2025-03-30 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), serek homog. nat. 60g.(2), rzodkiewka 50g, Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Mix sałat 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, kiwi 1szt.,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ogórek konserwowy 50g* (11), 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]: 2519.67 kcal; Białko ogółem: 133.58 g; Tłuszcz: 110.13 g; Węglowodany ogółem: 253.28 g; Sól: 7.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.99 g; suma cukrów prostych: 59.38 g; Błonnik pokarmowy: 24.32 g;

Dietetyk
