

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, ser topiony 2 szt. 34g 92), ogórek zielony 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Ryż na mleku 350 ml*(2), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Grochowa z ziem. 350ml.(1,2,8,13), Leniwe z masłem i cukrem 350g(1,2,3), Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Grejfrut 1/2 szt. ,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka kons. 50g (11), Mix салат 10g.
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2981.69 kcal; Białko ogółem: 129.72 g; Tłuszcz: 78.33 g; Węglowodany ogółem: 446.31 g; Sól: 8.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.22 g; suma cukrów prostych: 106.40 g; Błonnik pokarmowy: 35.47 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, twaróg krajanka 50g(2), Pomidor 50g, Ryż na mleku 350 ml*(2), Mix салат 10g.	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Leniwe z masłem i cukrem 350g(1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, Salata zielona z sosem winegret 80g, jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 40g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix салат 10g, Pomidor 50g.
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2612.50 kcal; Białko ogółem: 114.40 g; Tłuszcz: 65.10 g; Węglowodany ogółem: 393.90 g; Sól: 6.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.51 g; suma cukrów prostych: 113.69 g; Błonnik pokarmowy: 24.99 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, twaróg krajanka 50g(2), Pomidor 50g, Ryż na mleku 350 ml*(2), Mix салат 10g.	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Leniwe z masłem i cukrem 350g(1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, Salata zielona z sosem winegret 80g, jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 40g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix салат 10g, Pomidor 50g.
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2612.50 kcal; Białko ogółem: 114.40 g; Tłuszcz: 65.10 g; Węglowodany ogółem: 393.90 g; Sól: 6.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.51 g; suma cukrów prostych: 113.69 g; Błonnik pokarmowy: 24.99 g;

poniedziałek 2025-03-10 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 na kartki 40g, twaróg krajanka 50g(2), ogórek zielony 50g, Mix салат 10g.	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), makaron razowy z serem b/c 350g (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Grejfrut 1/2 szt. ,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), schab na kartki 40g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix салат 10g, papryka kons. 50g (11).
II Śniadanie: Mus antybaton 1 szt. , Napój roślinny 330ml*,		Posilek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2189.50 kcal; Białko ogółem: 116.71 g; Tłuszcz: 62.79 g; Węglowodany ogółem: 293.67 g; Sól: 5.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.70 g; suma cukrów prostych: 79.79 g; Błonnik pokarmowy: 23.05 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Ryż na ml, jajo, masło 350ml, Sucharki 40g (1).	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2220.32 kcal; Białko ogółem: 119.66 g; Tłuszcz: 92.14 g; Węglowodany ogółem: 235.49 g; Sól: 2.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.32 g; suma cukrów prostych: 104.86 g; Błonnik pokarmowy: 21.00 g;

poniedziałek 2025-03-10 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Ryż na ml, jajo, masło 350ml.	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2060.32 kcal; Białko ogółem: 114.06 g; Tłuszcz: 89.34 g; Węglowodany ogółem: 207.89 g; Sól: 2.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.00 g; suma cukrów prostych: 103.46 g; Błonnik pokarmowy: 19.56 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-10		Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1
kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, ogórek zielony 50g, ser topiony 2 szt. 34g 92), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Ryż na mleku 350 ml*(2), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Grochowa z ziem. 350ml.(1,2,8,13), Leniwe z masłem i cukrem 350g(1,2,3), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Grejfrut 1/2 szt. , Kompot z owoców mroż. 250g* ,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka kons. 50g (11), 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]: 3180.69 kcal; Białko ogółem: 133.22 g; Tłuszcz: 83.73 g; Węglowodany ogółem: 479.11 g; Sól: 8.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.11 g; suma cukrów prostych: 131.60 g; Błonnik pokarmowy: 36.77 g;

poniedziałek 2025-03-10		Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, twaróg krajanka 50g(2), Pomidor 50g, Ryż na mleku 350 ml*(2), Mix салат 10g.	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g* , Sałata zielona z sosem winegret 80g, jabłko deserowe 1 szt. , Leniwe z masłem i cukrem 350g(1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 40g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), 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]: 2799.50 kcal; Białko ogółem: 117.10 g; Tłuszcz: 67.90 g; Węglowodany ogółem: 430.70 g; Sól: 7.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.81 g; suma cukrów prostych: 144.59 g; Błonnik pokarmowy: 25.99 g;

poniedziałek 2025-03-10		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, twaróg krajanka 50g(2), ogórek zielony 50g, Mix салат 10g.	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Grejfrut 1/2 szt. , Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml* , makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2),	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), schab na kartki 40g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix салат 10g, papryka kons. 50g (11).
II Śniadanie: Mus antybaton 1 szt. , Napój roślinny 330ml* ,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g* , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2190.50 kcal; Białko ogółem: 116.11 g; Tłuszcz: 62.29 g; Węglowodany ogółem: 295.67 g; Sól: 5.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.39 g; suma cukrów prostych: 81.09 g; Błonnik pokarmowy: 23.35 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), masło 10g - 1 szt. (2), Pomidor 50g, filet zapiekany z indyka 40g(11,13), Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Herbata z cukrem 250ml*, Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kotlet schabowy - 100g (1,2,3), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*, gruszka 1 szt., ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopocka 40g (8), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), 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]: 2994.66 kcal; Białko ogółem: 135.02 g; Tłuszcz: 87.36 g; Węglowodany ogółem: 420.34 g; Sól: 8.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.14 g; suma cukrów prostych: 99.08 g; Błonnik pokarmowy: 33.26 g;

wtorek 2025-03-11 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 zapiekany z indyka 40g(11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Serek almette 2szt. 60g (2), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Banan 1 szt, Sos koperkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopocka 40g (8), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix салат 10g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2620.65 kcal; Białko ogółem: 115.84 g; Tłuszcz: 69.86 g; Węglowodany ogółem: 381.73 g; Sól: 6.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 77.38 g; suma cukrów prostych: 122.75 g; Błonnik pokarmowy: 24.97 g;

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet zapiekany z indyka 40g(11,13), Serek almette 2szt. 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Banan 1 szt, Sos koperkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopocka 40g (8), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix салат 10g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2620.65 kcal; Białko ogółem: 115.84 g; Tłuszcz: 69.86 g; Węglowodany ogółem: 381.73 g; Sól: 6.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 77.38 g; suma cukrów prostych: 122.75 g; Błonnik pokarmowy: 24.97 g;

wtorek 2025-03-11 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), Pomidor 50g, filet zapiekany z indyka 40g(11,13), Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Mix салат 10g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., Sos koperkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Polędwica sopocka 40g (8), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Mix салат 10g, rzodkiewka 50g,
II Śniadanie: Ciastko zbożowe 1szt. , Kefir 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Mus antybaton 1 szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2526.27 kcal; Białko ogółem: 128.31 g; Tłuszcz: 82.42 g; Węglowodany ogółem: 322.21 g; Sól: 5.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.49 g; suma cukrów prostych: 76.93 g; Błonnik pokarmowy: 28.92 g;

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2321.02 kcal; Białko ogółem: 118.11 g; Tłuszcz: 74.81 g; Węglowodany ogółem: 307.38 g; Sól: 2.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.37 g; suma cukrów prostych: 86.05 g; Błonnik pokarmowy: 28.14 g;

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 100g,	Herbata z cukrem 250ml*, Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 100g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2025.22 kcal; Białko ogółem: 111.65 g; Tłuszcz: 74.47 g; Węglowodany ogółem: 237.68 g; Sól: 2.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.33 g; suma cukrów prostych: 85.03 g; Błonnik pokarmowy: 22.70 g;

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Pomidor 50g, filet zapiekany z indyka 40g(11,13), Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Kefir 150g(2) 1szt.,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kotlet schabowy - 100g (1,2,3), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*, gruszka 1 szt., ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopocka 40g (8), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g, Mix салат 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]: 3349.66 kcal; Białko ogółem: 149.62 g; Tłuszcz: 104.36 g; Węglowodany ogółem: 450.44 g; Sól: 9.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.01 g; suma cukrów prostych: 114.38 g; Błonnik pokarmowy: 33.26 g;

wtorek 2025-03-11 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 zapiekany z indyka 40g(11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Serek almette 2szt 60g (2), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Banan 1 szt, Sos koperkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopocka 40g (8), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix салат 10g, Pomidor 50g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt., Ciastko zbożowe 1szt. ,		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2900.65 kcal; Białko ogółem: 125.34 g; Tłuszcz: 83.86 g; Węglowodany ogółem: 404.78 g; Sól: 7.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 85.47 g; suma cukrów prostych: 131.90 g; Błonnik pokarmowy: 24.97 g;

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), Pomidor 50g, filet zapiekany z indyka 40g(11,13), Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Mix салат 10g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., Sos koperkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g,	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Polędwica sopocka 40g (8), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Mix салат 10g, rzodkiewka 50g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt., Ciastko zbożowe 1szt. ,		Posiłek nocny: Mus antybaton 1 szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2526.27 kcal; Białko ogółem: 128.31 g; Tłuszcz: 82.42 g; Węglowodany ogółem: 322.21 g; Sól: 5.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.49 g; suma cukrów prostych: 76.93 g; Błonnik pokarmowy: 28.92 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Płatki 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), rzodkiewka 50g, pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), szynka na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	żurek z ziemn.350ml.(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 90g w sosie pieczeniowym (1,13) , surówka z marchewki z jabłkiem 120g, ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250g*, kiwi 1szt. ,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopocka 40g (8), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pomidor 50g, Mix салат 10g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus antybaton 1 szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2734.93 kcal; Białko ogółem: 134.75 g; Tłuszcz: 79.30 g; Węglowodany ogółem: 370.80 g; Sól: 7.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.57 g; suma cukrów prostych: 86.57 g; Błonnik pokarmowy: 29.76 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Płatki 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), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, pomarańcza 1 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2).	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopocka 40g (8), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix салат 10g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2438.96 kcal; Białko ogółem: 120.97 g; Tłuszcz: 56.97 g; Węglowodany ogółem: 360.07 g; Sól: 6.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.07 g; suma cukrów prostych: 91.13 g; Błonnik pokarmowy: 27.01 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Płatki 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), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, pomarańcza 1 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2).	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopocka 40g (8), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix салат 10g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2438.96 kcal; Białko ogółem: 120.97 g; Tłuszcz: 56.97 g; Węglowodany ogółem: 360.07 g; Sól: 6.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.07 g; suma cukrów prostych: 91.13 g; Błonnik pokarmowy: 27.01 g;

czwartek 2025-03-13 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, pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), szynka na kartki 40g, Mix салат 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2).	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Polędwica sopocka 40g (8), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix салат 10g, Pomidor 50g,
II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*, Napój roślinny 330ml*,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus antybaton 1 szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2362.45 kcal; Białko ogółem: 118.90 g; Tłuszcz: 67.86 g; Węglowodany ogółem: 326.88 g; Sól: 5.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.43 g; suma cukrów prostych: 81.18 g; Błonnik pokarmowy: 32.73 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
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. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2).	Herbata z cukrem 250ml*, pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Jogurt owocowy 100g 1szt (2), ziemniaki 250g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2129.55 kcal; Białko ogółem: 114.46 g; Tłuszcz: 80.07 g; Węglowodany ogółem: 248.22 g; Sól: 2.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.63 g; suma cukrów prostych: 90.20 g; Błonnik pokarmowy: 24.71 g;

czwartek 2025-03-13 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), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 150g m (2),	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Szpinak gotowany 120g(2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 100g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2091.15 kcal; Białko ogółem: 113.85 g; Tłuszcz: 80.22 g; Węglowodany ogółem: 238.46 g; Sól: 2.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.74 g; suma cukrów prostych: 90.54 g; Błonnik pokarmowy: 23.91 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), szynka na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	żurek z ziemn.350ml.(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 90g w sosie pieczeniowym (1,13) , ziemniaki 250g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, kiwi 1szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopočka 40g (8), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pomidor 50g, Mix салат 10g,
II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*, Napój roślinny 330ml*,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus antybaton 1 szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2890.93 kcal; Białko ogółem: 136.05 g; Tłuszcz: 81.60 g; Węglowodany ogółem: 401.60 g; Sól: 8.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.87 g; suma cukrów prostych: 109.47 g; Błonnik pokarmowy: 32.76 g;

czwartek 2025-03-13 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, pomarańcza 1 szt, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopočka 40g (8), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix салат 10g, Pomidor 50g,
II Śniadanie: Napój roślinny 330ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2594.96 kcal; Białko ogółem: 122.27 g; Tłuszcz: 59.27 g; Węglowodany ogółem: 390.87 g; Sól: 7.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.37 g; suma cukrów prostych: 114.03 g; Błonnik pokarmowy: 30.01 g;

czwartek 2025-03-13 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, pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), szynka na kartki 40g, Mix салат 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, kiwi 1szt, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, 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, Mix салат 10g, Pomidor 50g,
II Śniadanie: Napój roślinny 330ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus antybaton 1 szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2361.45 kcal; Białko ogółem: 119.50 g; Tłuszcz: 68.36 g; Węglowodany ogółem: 324.88 g; Sól: 5.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.74 g; suma cukrów prostych: 79.88 g; Błonnik pokarmowy: 32.43 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-03-14		
Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), ogórek zielony 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), dżem 50g, Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny smaż. 100g (1,3,4,13,8), Kompot z owoców mroż. 250g*, surówka z kap. pekińskiej 120g, Banan 1 szt, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 40g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka św. 50g, Mix sałat 10g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3151.86 kcal; Białko ogółem: 123.33 g; Tłuszcz: 81.82 g; Węglowodany ogółem: 490.81 g; Sól: 7.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.53 g; suma cukrów prostych: 166.06 g; Błonnik pokarmowy: 30.66 g;

piątek 2025-03-14		
Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), dżem 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Szpinak gotowany 120g(2), Banan 1 szt, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 40g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix sałat 10g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2710.53 kcal; Białko ogółem: 114.00 g; Tłuszcz: 59.68 g; Węglowodany ogółem: 436.19 g; Sól: 5.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.46 g; suma cukrów prostych: 155.02 g; Błonnik pokarmowy: 26.98 g;

piątek 2025-03-14		
Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), dżem 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki 250g, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 40g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix sałat 10g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2710.53 kcal; Białko ogółem: 114.00 g; Tłuszcz: 59.68 g; Węglowodany ogółem: 436.19 g; Sól: 5.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.46 g; suma cukrów prostych: 155.02 g; Błonnik pokarmowy: 26.98 g;

piątek 2025-03-14		
Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), ogórek zielony 50g, kakao bez cukru 250ml (2), twaróg krajanka 50g(2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Mix sałat 10g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), surówka z kap. pekińskiej 120g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), jabłko deserowe 1 szt. , ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), schab na kartki 40g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, papryka św. 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]: 2162.17 kcal; Białko ogółem: 104.44 g; Tłuszcz: 59.24 g; Węglowodany ogółem: 304.86 g; Sól: 8.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.48 g; suma cukrów prostych: 81.21 g; Błonnik pokarmowy: 28.39 g;

piątek 2025-03-14		
Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
kakao 250ml (1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo.masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Szpinak gotowany 120g(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Herbata z cukrem 250ml*, Napój roślinny 330ml*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2103.30 kcal; Białko ogółem: 115.34 g; Tłuszcz: 87.56 g; Węglowodany ogółem: 218.81 g; Sól: 2.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.90 g; suma cukrów prostych: 113.48 g; Błonnik pokarmowy: 18.07 g;

piątek 2025-03-14		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
kakao 250ml (1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo.masło 350ml,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Napój roślinny 330ml*, bukiet warzyw królewski 120g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2103.30 kcal; Białko ogółem: 115.34 g; Tłuszcz: 87.56 g; Węglowodany ogółem: 218.81 g; Sól: 2.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.90 g; suma cukrów prostych: 113.48 g; Błonnik pokarmowy: 18.07 g;

piątek 2025-03-14		
Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), ogórek zielony 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. .	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny smaż. 100g (1,3,4,13,8), Kompot z owoców mroż. 250g*, surówka z kap. pekińskiej 120g, Banan 1 szt, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 40g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka św. 50g, Mix sałat 10g,

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z fasoli 60g , szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kotlety a la gołąbki 2szt 200g (1,3,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Grejfrut 1/2 szt , surówka z ogórka kisz. 120g(11,13), ziemniaki 250g, Sos pieczarkowy 100 ml (1,2),	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Napój roślinny 330ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g, Mix салат 10g.
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3040.05 kcal; Białko ogółem: 119.98 g; Tłuszcz: 78.20 g; Węglowodany ogółem: 469.96 g; Sól: 11.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.00 g; suma cukrów prostych: 109.33 g; Błonnik pokarmowy: 41.84 g;

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, serek homo waniliowy 60g (2), Herbata 250g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix салат 10g.	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Grejfrut 1/2 szt , salata zielona z jogurtem (2) 120g , ziemniaki 250g.	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Napój roślinny 330ml*, Mix салат 10g, Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2532.61 kcal; Białko ogółem: 114.42 g; Tłuszcz: 57.74 g; Węglowodany ogółem: 391.95 g; Sól: 6.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.06 g; suma cukrów prostych: 126.84 g; Błonnik pokarmowy: 25.75 g;

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, serek homo waniliowy 60g (2), Herbata 250g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix салат 10g.	Grejfrut 1/2 szt , Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, salata zielona z jogurtem (2) 120g , ziemniaki 250g.	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Napój roślinny 330ml*, Mix салат 10g, Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2532.61 kcal; Białko ogółem: 114.42 g; Tłuszcz: 57.74 g; Węglowodany ogółem: 391.95 g; Sól: 6.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.06 g; suma cukrów prostych: 126.84 g; Błonnik pokarmowy: 25.75 g;

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Z ogran. 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), szynka na kartki 40g, Pasta z fasoli 60g , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, Mix салат 10g.	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Grejfrut 1/2 szt , surówka z ogórka kisz. 120g(11,13), Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), ziemniaki 250g.	masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Herbata bez cukru 250g, Napój roślinny 330ml*, Mix салат 10g, rzodkiewka 50g.
II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt.		
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2575.41 kcal; Białko ogółem: 115.30 g; Tłuszcz: 69.18 g; Węglowodany ogółem: 385.77 g; Sól: 7.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.99 g; suma cukrów prostych: 70.85 g; Błonnik pokarmowy: 41.67 g;

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, buraczki gotowane 120g (1,2).	Herbata z cukrem 250ml*, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Napój roślinny 330ml*.
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2050.63 kcal; Białko ogółem: 106.68 g; Tłuszcz: 81.73 g; Węglowodany ogółem: 230.41 g; Sól: 2.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.60 g; suma cukrów prostych: 102.94 g; Błonnik pokarmowy: 22.58 g;

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2).	Herbata z cukrem 250ml*, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Napój roślinny 330ml*.
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2050.63 kcal; Białko ogółem: 106.68 g; Tłuszcz: 81.73 g; Węglowodany ogółem: 230.41 g; Sól: 2.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.60 g; suma cukrów prostych: 102.94 g; Błonnik pokarmowy: 22.58 g;

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z fasoli 60g , szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kotlety a la gołąbki 2szt 200g (1,3,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, surówka z ogórka kisz. 120g(11,13), Grejfrut 1/2 szt , ziemniaki 250g, Sos pieczarkowy 100 ml (1,2),	masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata 250g, Napój roślinny 330ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g, Mix салат 10g.

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus warzywno-owocowy 100g*,		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml*,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3153.05 kcal; Białko ogółem: 124.28 g; Tłuszcz: 80.20 g; Węglowodany ogółem: 488.16 g; Sól: 11.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.19 g; suma cukrów prostych: 123.53 g; Błonnik pokarmowy: 43.84 g;

sobota 2025-03-15 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, serek homo waniliowy 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.	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Grejfrut 1/2 szt, sałata zielona z jogurtem (2) 120g, ziemniaki 250g.	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Napój roślinny 330ml*, Mix sałat 10g, Pomidor 50g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus warzywno-owocowy 100g*,		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2645.61 kcal; Białko ogółem: 118.72 g; Tłuszcz: 59.74 g; Węglowodany ogółem: 410.15 g; Sól: 7.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.25 g; suma cukrów prostych: 141.04 g; Błonnik pokarmowy: 27.75 g;

sobota 2025-03-15 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), szynka na kartki 40g, Pasta z fasoli 60g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z ogórka kisz. 120g(11, 13), Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), Grejfrut 1/2 szt., ziemniaki 250g.	masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, Napój roślinny 330ml*, Mix sałat 10g, rzodkiewka 50g.
II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt.		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2575.41 kcal; Białko ogółem: 115.30 g; Tłuszcz: 69.18 g; Węglowodany ogółem: 385.77 g; Sól: 7.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.99 g; suma cukrów prostych: 70.85 g; Błonnik pokarmowy: 41.67 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-03-16		
Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Kielbaska wieprzowa 2szt (1,8), Ser żółty 50g(2), ogórek zielony 50g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, mandarynki 150g,	masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, schab na kartki 40g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka św. 50g, Mix салат 10g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2952.93 kcal; Białko ogółem: 150.59 g; Tłuszcz: 104.59 g; Węglowodany ogółem: 355.40 g; Sól: 9.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.03 g; suma cukrów prostych: 90.19 g; Błonnik pokarmowy: 27.87 g;

niedziela 2025-03-16		
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), Kielbaska wieprzowa 2szt (1,8), kasza manna na mleku 350g (1,2), Serek almette 2szt. 60g (2), Pomidor 50g, Mix салат 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g, mandarynki 150g.	schab na kartki 40g, Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix салат 10g, Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2771.06 kcal; Białko ogółem: 135.00 g; Tłuszcz: 104.63 g; Węglowodany ogółem: 323.30 g; Sól: 8.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 87.20 g; suma cukrów prostych: 92.64 g; Błonnik pokarmowy: 23.32 g;

niedziela 2025-03-16		
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 almette 2szt. 60g (2), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g, Mix салат 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, mandarynki 150g.	schab na kartki 40g, Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix салат 10g, Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2505.86 kcal; Białko ogółem: 120.28 g; Tłuszcz: 81.67 g; Węglowodany ogółem: 323.42 g; Sól: 7.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 78.81 g; suma cukrów prostych: 92.64 g; Błonnik pokarmowy: 23.20 g;

niedziela 2025-03-16		
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 70g (1), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), ogórek zielony 50g, Ser żółty 50g(2), Mix салат 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mandarynki 150g.	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, Herbata bez cukru 250g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix салат 10g, papryka św. 50g.
II Śniadanie: Ciastko zbożowe 1szt. , Kefir 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2613.33 kcal; Białko ogółem: 142.06 g; Tłuszcz: 113.03 g; Węglowodany ogółem: 262.14 g; Sól: 7.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.65 g; suma cukrów prostych: 69.35 g; Błonnik pokarmowy: 25.39 g;

niedziela 2025-03-16		
Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata 250g, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 250g,	Herbata 250g, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, ziemniaki 250g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2144.95 kcal; Białko ogółem: 118.39 g; Tłuszcz: 71.13 g; Węglowodany ogółem: 267.78 g; Sól: 2.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.94 g; suma cukrów prostych: 90.06 g; Błonnik pokarmowy: 23.50 g;

niedziela 2025-03-16		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), jarzynka gotowana 150 m (1,2,13), ziemniaki 100g, Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, ziemniaki 100g, Masło 15g*(2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1937.85 kcal; Białko ogółem: 111.57 g; Tłuszcz: 92.74 g; Węglowodany ogółem: 171.39 g; Sól: 3.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.97 g; suma cukrów prostych: 69.56 g; Błonnik pokarmowy: 18.40 g;

niedziela 2025-03-16		
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 żółty 50g(2), ogórek zielony 50g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, mandarynki 150g,	masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, schab na kartki 40g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka św. 50g, Mix салат 10g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt., Ciastko zbożowe 1szt. ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3232.93 kcal; Białko ogółem: 160.09 g; Tłuszcz: 118.59 g; Węglowodany ogółem: 378.45 g; Sól: 10.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.12 g; suma cukrów prostych: 99.34 g; Błonnik pokarmowy: 27.87 g;

niedziela 2025-03-16 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), Kielbaska wieprzowa 2szt (1,8), kasza manna na mleku 350g (1,2), Serek almette 2szt. 60g (2), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g, mandarynki 150g,	schab na kartki 40g, Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix салат 10g, Pomidor 50g,
II Śniadanie: Ciastko zbożowe 1szt., Kefir 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3051.06 kcal; Białko ogółem: 144.50 g; Tłuszcz: 118.63 g; Węglowodany ogółem: 346.35 g; Sól: 9.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 95.29 g; suma cukrów prostych: 101.79 g; Błonnik pokarmowy: 23.32 g;

niedziela 2025-03-16 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), ogórek zielony 50g, Ser żółty 50g(2), Mix салат 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mandarynki 150g,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, herbata bez cukru 250ml, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix салат 10g, papryka św. 50g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt., Ciastko zbożowe 1szt. ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2613.33 kcal; Białko ogółem: 142.06 g; Tłuszcz: 113.03 g; Węglowodany ogółem: 262.14 g; Sól: 7.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.65 g; suma cukrów prostych: 69.35 g; Błonnik pokarmowy: 25.39 g;

Dietetyk

.....