

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-04-28		
Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Pomidor 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Ser żółty 50g(2), szynka na kartki 40g, Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. , kajzerka 50g (1),	Grochowa z ziem. 350ml.(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Banan 1 szt, 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 owocowy 100g 1szt. (2), papryka św. 50g, Mix sałat 10g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3212.91 kcal; Białko ogółem: 124.28 g; Tłuszcz: 80.96 g; Węglowodany ogółem: 508.70 g; Sól: 3.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.45 g; suma cukrów prostych: 163.60 g; Błonnik pokarmowy: 38.16 g;

poniedziałek 2025-04-28		
Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), serek wiejski 60g (2), Mix sałat 10g,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Banan 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 owocowy 100g 1szt. (2), Pomidor 50g, kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2718.55 kcal; Białko ogółem: 99.42 g; Tłuszcz: 69.31 g; Węglowodany ogółem: 427.20 g; Sól: 2.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.99 g; suma cukrów prostych: 152.43 g; Błonnik pokarmowy: 22.72 g;

poniedziałek 2025-04-28		
Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), szynka na kartki 40g, Mix sałat 10g,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Banan 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, Pomidor 50g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2718.55 kcal; Białko ogółem: 99.42 g; Tłuszcz: 69.31 g; Węglowodany ogółem: 427.20 g; Sól: 2.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.99 g; suma cukrów prostych: 152.43 g; Błonnik pokarmowy: 22.72 g;

poniedziałek 2025-04-28		
Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Ser żółty 50g(2), Mix sałat 10g.	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Risotto dieta 300g* (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, papryka św. 50g, Mix sałat 10g,
II Śniadanie: Napój roślinny 330g*, Mus antybaton 1 szt. ,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2257.40 kcal; Białko ogółem: 100.53 g; Tłuszcz: 69.77 g; Węglowodany ogółem: 292.80 g; Sól: 2.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.46 g; suma cukrów prostych: 98.93 g; Błonnik pokarmowy: 32.73 g;

poniedziałek 2025-04-28		
Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2073.52 kcal; Białko ogółem: 111.20 g; Tłuszcz: 90.42 g; Węglowodany ogółem: 207.32 g; Sól: 2.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.18 g; suma cukrów prostych: 106.26 g; Błonnik pokarmowy: 20.85 g;

poniedziałek 2025-04-28		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2073.52 kcal; Białko ogółem: 111.20 g; Tłuszcz: 90.42 g; Węglowodany ogółem: 207.32 g; Sól: 2.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.18 g; suma cukrów prostych: 106.26 g; Błonnik pokarmowy: 20.85 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-04-28 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Pomidor 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), szynka na kartki 40g, Ser żółty 50g(2), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Grochowa z ziem. 350ml.(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, Banan 1 szt., Risotto dieta 300g* (13) ,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), kajzerka 50g (1), papryka św. 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g,
II Śniadanie: Mus antybaton 1 szt. , Napój roślinny 330g*,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3193.42 kcal; Białko ogółem: 136.34 g; Tłuszcz: 91.47 g; Węglowodany ogółem: 447.70 g; Sól: 3.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.41 g; suma cukrów prostych: 150.66 g; Błonnik pokarmowy: 39.42 g;

poniedziałek 2025-04-28 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), serek wiejski 60g (2), Mix sałat 10g,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt., Risotto dieta 300g* (13) ,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), schab na kartki 40g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Pomidor 50g, kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g,
II Śniadanie: Mus ryżowy 1szt., Napój roślinny 330g*,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2689.83 kcal; Białko ogółem: 110.42 g; Tłuszcz: 70.06 g; Węglowodany ogółem: 389.28 g; Sól: 3.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.62 g; suma cukrów prostych: 159.50 g; Błonnik pokarmowy: 28.04 g;

poniedziałek 2025-04-28 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Ser żółty 50g(2), Mix sałat 10g,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g, gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Risotto dieta 300g* (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, papryka św. 50g, Mix sałat 10g,
II Śniadanie: Mus antybaton 1 szt. , Napój roślinny 330g*,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2255.63 kcal; Białko ogółem: 100.19 g; Tłuszcz: 76.43 g; Węglowodany ogółem: 275.71 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.88 g; suma cukrów prostych: 85.91 g; Błonnik pokarmowy: 28.67 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-04-29		
Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1 szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), masło 10g - 1 szt. (2), ogórek zielony 50g, filet pieczony z indyka 40g , Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Herbata z cukrem 250ml*, Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kotlet mielony 100 g (1,2), surówka z ogórka kisz. 120g(11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynki 150g, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopočka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g, Mix sałat 10g,
		Posiłek nocny: Mus antybaton 1 szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2780.55 kcal; Białko ogółem: 121.55 g; Tłuszcz: 77.46 g; Węglowodany ogółem: 402.05 g; Sól: 4.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.29 g; suma cukrów prostych: 83.13 g; Błonnik pokarmowy: 30.18 g;

wtorek 2025-04-29		
Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), serek homo waniliowy 60g (2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynki 150g, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopočka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Pomidor 50g, Mix sałat 10g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2304.32 kcal; Białko ogółem: 111.23 g; Tłuszcz: 46.67 g; Węglowodany ogółem: 362.24 g; Sól: 2.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.32 g; suma cukrów prostych: 99.82 g; Błonnik pokarmowy: 25.55 g;

wtorek 2025-04-29		
Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1 szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g , serek homo waniliowy 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynki 150g, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopočka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Pomidor 50g, Mix sałat 10g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2304.32 kcal; Białko ogółem: 111.23 g; Tłuszcz: 46.67 g; Węglowodany ogółem: 362.24 g; Sól: 2.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.32 g; suma cukrów prostych: 99.82 g; Błonnik pokarmowy: 25.55 g;

wtorek 2025-04-29		
Jadłospis dla diety: Z ograni. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), ogórek zielony 50g, filet pieczony z indyka 40g , Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Mix sałat 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), surówka z ogórka kisz. 120g(11,13), Kompot z owoców mroż b/c 250ml*, mandarynki 150g, 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 sopočka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, rzodkiewka 50g, Mix sałat 10g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt., Ciastko zbożowe 1szt. ,		Posiłek nocny: Mus antybaton 1 szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2284.27 kcal; Białko ogółem: 117.42 g; Tłuszcz: 69.28 g; Węglowodany ogółem: 291.02 g; Sól: 4.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.13 g; suma cukrów prostych: 61.20 g; Błonnik pokarmowy: 25.50 g;

wtorek 2025-04-29		
Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml, jajo, masło 350ml,	Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 100g,	Herbata z cukrem 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Masło 15g*(2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2106.80 kcal; Białko ogółem: 103.98 g; Tłuszcz: 85.23 g; Węglowodany ogółem: 234.01 g; Sól: 2.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.31 g; suma cukrów prostych: 87.82 g; Błonnik pokarmowy: 21.13 g;

wtorek 2025-04-29		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml, jajo, masło 350ml,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Masło 15g*(2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1993.70 kcal; Białko ogółem: 101.51 g; Tłuszcz: 85.10 g; Węglowodany ogółem: 207.36 g; Sól: 2.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.30 g; suma cukrów prostych: 87.43 g; Błonnik pokarmowy: 19.05 g;

wtorek 2025-04-29		
Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1 szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), ogórek zielony 50g, filet pieczony z indyka 40g , Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kotlet mielony 100 g (1,2), mandarynki 150g, surówka z ogórka kisz. 120g(11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopočka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g, Mix sałat 10g,

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
środa 2025-04-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Serek almette 2szt. 60g, szynka farmerska 40g(1,2,11,13), papryka św. 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt.	jarzynowa 7-skład. 350ml (1,2,13), ziemniaki 250g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt., gulasz po cygańsku 160g (1,11,13),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Napój roślinny 330g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), ogórek zielony 50g, Mix салат 10g,
		Posilek nocny: Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3257.72 kcal; Białko ogółem: 124.98 g; Tłuszcz: 96.42 g; Węglowodany ogółem: 459.93 g; Sól: 4.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.10 g; suma cukrów prostych: 124.54 g; Błonnik pokarmowy: 38.29 g;

środa 2025-04-30 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Serek almette 2szt. 60g, Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), jabłko deserowe 1 szt., Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Napój roślinny 330g*, Pomidor 50g, Mix салат 10g,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2710.24 kcal; Białko ogółem: 110.26 g; Tłuszcz: 73.13 g; Węglowodany ogółem: 389.05 g; Sól: 3.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.95 g; suma cukrów prostych: 126.95 g; Błonnik pokarmowy: 29.89 g;

środa 2025-04-30 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Serek almette 2szt. 60g, Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), jabłko deserowe 1 szt., ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Napój roślinny 330g*, Pomidor 50g, Mix салат 10g,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2710.24 kcal; Białko ogółem: 110.26 g; Tłuszcz: 73.13 g; Węglowodany ogółem: 389.05 g; Sól: 3.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.95 g; suma cukrów prostych: 126.95 g; Błonnik pokarmowy: 29.89 g;

środa 2025-04-30 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Serek almette 2szt. 60g, papryka św. 50g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Mix салат 10g,	jarzynowa 7-skład. 350ml (1,2,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), jabłko deserowe 1 szt., ziemniaki 250g,	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, Napój roślinny b/c 330ml*, ogórek zielony 50g, Mix салат 10g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus antybaton 1 szt.		Posilek nocny: Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2632.67 kcal; Białko ogółem: 106.50 g; Tłuszcz: 85.09 g; Węglowodany ogółem: 341.76 g; Sól: 3.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.30 g; suma cukrów prostych: 88.87 g; Błonnik pokarmowy: 32.33 g;

środa 2025-04-30 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Platki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*, Napój roślinny 330g*, Masło 15g*(2),
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2276.36 kcal; Białko ogółem: 107.95 g; Tłuszcz: 99.74 g; Węglowodany ogółem: 216.84 g; Sól: 2.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.63 g; suma cukrów prostych: 119.13 g; Błonnik pokarmowy: 21.18 g;

środa 2025-04-30 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Platki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Napój roślinny 330g*, Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2),
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2276.36 kcal; Białko ogółem: 107.95 g; Tłuszcz: 99.74 g; Węglowodany ogółem: 216.84 g; Sól: 2.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.63 g; suma cukrów prostych: 119.13 g; Błonnik pokarmowy: 21.18 g;

środa 2025-04-30 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, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Serek almette 2szt. 60g, szynka farmerska 40g(1,2,11,13), papryka św. 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt.	jarzynowa 7-skład. 350ml (1,2,13), ziemniaki 250g, jabłko deserowe 1 szt., Kompot z owoców mroż. 250ml*, 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, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Napój roślinny 330g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), ogórek zielony 50g, Mix sałat 10g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus antybaton 1 szt.		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3412.72 kcal; Białko ogółem: 132.08 g; Tłuszcz: 102.02 g; Węglowodany ogółem: 478.13 g; Sól: 4.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.19 g; suma cukrów prostych: 139.74 g; Błonnik pokarmowy: 38.29 g;

środa 2025-04-30 Jadłospis dla diety: Poloźniczy Lekkostrawna C2		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Serek almette 2szt. 60g, Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13), jabłko deserowe 1 szt., Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Napój roślinny 330g*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus ryżowy 1szt,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2854.24 kcal; Białko ogółem: 115.96 g; Tłuszcz: 75.63 g; Węglowodany ogółem: 413.25 g; Sól: 3.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.14 g; suma cukrów prostych: 149.15 g; Błonnik pokarmowy: 29.89 g;

środa 2025-04-30 Jadłospis dla diety: Poloźniczy 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), Serek almette 2szt. 60g, papryka św. 50g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Mix sałat 10g,	jarzynowa 7-skład. 350ml (1,2,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt., ziemniaki 250g,	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, Napój roślinny b/c 330ml*, ogórek zielony 50g, Mix sałat 10g,
II Śniadanie: Mus antybaton 1 szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2632.67 kcal; Białko ogółem: 106.50 g; Tłuszcz: 85.09 g; Węglowodany ogółem: 341.76 g; Sól: 3.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.30 g; suma cukrów prostych: 88.87 g; Błonnik pokarmowy: 32.33 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-05-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), schab na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. .	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), brukselka z bulgą tartą 120g(1,2), ziemniaki 250g, pomarańcza 1 szt, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka kons. 50g (11), Mix sałat 10g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus antybaton 1 szt. .

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2558.10 kcal; Białko ogółem: 126.49 g; Tłuszcz: 76.04 g; Węglowodany ogółem: 348.99 g; Sól: 3.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.74 g; suma cukrów prostych: 76.32 g; Błonnik pokarmowy: 30.83 g;

czwartek 2025-05-01 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Twarożek z koperkiem 60g (2), schab na kartki 40g, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), pomarańcza 1 szt, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2218.32 kcal; Białko ogółem: 119.07 g; Tłuszcz: 62.47 g; Węglowodany ogółem: 302.01 g; Sól: 2.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.07 g; suma cukrów prostych: 85.24 g; Błonnik pokarmowy: 21.56 g;

czwartek 2025-05-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Twarożek z koperkiem 60g (2), schab na kartki 40g, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2218.32 kcal; Białko ogółem: 119.07 g; Tłuszcz: 62.47 g; Węglowodany ogółem: 302.01 g; Sól: 2.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.07 g; suma cukrów prostych: 85.24 g; Błonnik pokarmowy: 21.56 g;

czwartek 2025-05-01 Jadłospis dla diety: Z ograni. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), schab na kartki 40g, Mix sałat 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), pomarańcza 1 szt, Kompot z owoców mroż b/c 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, papryka kons. 50g (11), Mix sałat 10g.
II Śniadanie: Napój roślinny 330g*, mus warzywno-owocowy 100g.		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus antybaton 1 szt. .

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2289.47 kcal; Białko ogółem: 112.27 g; Tłuszcz: 75.63 g; Węglowodany ogółem: 267.66 g; Sól: 3.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.74 g; suma cukrów prostych: 69.89 g; Błonnik pokarmowy: 26.52 g;

czwartek 2025-05-01 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajko, masło 350ml,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*.	Herbata z cukrem 250ml*, Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Masło 15g*(2).
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2101.68 kcal; Białko ogółem: 106.52 g; Tłuszcz: 91.53 g; Węglowodany ogółem: 216.60 g; Sól: 2.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.83 g; suma cukrów prostych: 90.98 g; Błonnik pokarmowy: 20.99 g;

czwartek 2025-05-01 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajko, masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Masło 15g*(2).	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, buraczki gotowane 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2000.68 kcal; Białko ogółem: 106.42 g; Tłuszcz: 94.03 g; Węglowodany ogółem: 182.70 g; Sól: 2.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.12 g; suma cukrów prostych: 91.48 g; Błonnik pokarmowy: 17.63 g;

czwartek 2025-05-01 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), schab na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. .	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), brukselka z bulgą tartą 120g(1,2), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, papryka kons. 50g (11), chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka kons. 50g (11), Mix sałat 10g.

Jadłospisy dla oddziałów

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), Pomidor 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Polędwica sopočka 40g (8), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, kiwi 1szt., surówka z kap. pekińskiej 120g, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , rzodkiewka 50g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g, Mix sałat 10g,
II Śniadanie: Ciastko zbożowe 1szt. , sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3149.29 kcal; Białko ogółem: 136.79 g; Tłuszcz: 90.97 g; Węglowodany ogółem: 446.90 g; Sól: 3.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.57 g; suma cukrów prostych: 128.54 g; Błonnik pokarmowy: 33.93 g;

piątek 2025-05-02 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
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), Polędwica sopočka 40g (8), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynki 150g, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Pomidor 50g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix sałat 10g,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Ciastko zbożowe 1szt. ,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2755.58 kcal; Białko ogółem: 127.81 g; Tłuszcz: 72.66 g; Węglowodany ogółem: 395.59 g; Sól: 3.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.10 g; suma cukrów prostych: 129.76 g; Błonnik pokarmowy: 30.10 g;

piątek 2025-05-02 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, kakao bez cukru 250ml (2), twaróg krajanka 50g(2), Polędwica sopočka 40g (8), Mix sałat 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., surówka z kap. pekińskiej 120g, ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), filet pieczony z indyka 40g , rzodkiewka 50g, Jogurt naturalny 150g, Mix sałat 10g,
II Śniadanie: Ciastko zbożowe 1szt. , sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2172.04 kcal; Białko ogółem: 110.83 g; Tłuszcz: 57.76 g; Węglowodany ogółem: 295.31 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.05 g; suma cukrów prostych: 69.44 g; Błonnik pokarmowy: 28.42 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-05-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z soczewicy z suszonymi pomidorami 60g, szynka na kartki 40g, ogórek zielony 50g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt.	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Bitka wieprzowa z łopatki 90g w sosie własnym (1), Marchewka z groszkiem 120g (1,2), Banan 1 szt, ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*.	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Napój roślinny 330g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pomidor 50g, Mix салат 10g.
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3101.47 kcal; Białko ogółem: 122.84 g; Tłuszcz: 75.59 g; Węglowodany ogółem: 468.39 g; Sól: 3.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.82 g; suma cukrów prostych: 133.41 g; Błonnik pokarmowy: 35.77 g;

sobota 2025-05-03 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
masło 10g - 1 szt (2), szynka na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g, Herbata 250g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix салат 10g.	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), filet z kurczaka gotowany 90g, Banan 1 szt, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2).	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Napój roślinny 330g*, Mix салат 10g.
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2752.80 kcal; Białko ogółem: 112.16 g; Tłuszcz: 68.87 g; Węglowodany ogółem: 406.77 g; Sól: 3.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.26 g; suma cukrów prostych: 154.16 g; Błonnik pokarmowy: 27.68 g;

sobota 2025-05-03 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
masło 10g - 1 szt (2), szynka na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g, Herbata 250g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix салат 10g.	Banan 1 szt, Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), filet z kurczaka gotowany 90g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g, sos szpinakowy 100ml (1,2).	Pomidor 50g, Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Napój roślinny 330g*, Mix салат 10g.
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2752.80 kcal; Białko ogółem: 112.16 g; Tłuszcz: 68.87 g; Węglowodany ogółem: 406.77 g; Sól: 3.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.26 g; suma cukrów prostych: 154.16 g; Błonnik pokarmowy: 27.68 g;

sobota 2025-05-03 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), szynka na kartki 40g, Pasta z soczewicy z suszonymi pomidorami 60g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), ogórek zielony 50g, Mix салат 10g.	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), filet z kurczaka gotowany 90g, Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, Grejfrut 1/2 szt, Marchewka z groszkiem 120g (1,2), ziemniaki 250g, sos szpinakowy 100ml (1,2).	Pomidor 50g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, Napój roślinny 330g*, Mix салат 10g.
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, mus warzywno-owocowy 100g.		
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2489.27 kcal; Białko ogółem: 116.94 g; Tłuszcz: 64.30 g; Węglowodany ogółem: 340.66 g; Sól: 2.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.34 g; suma cukrów prostych: 70.51 g; Błonnik pokarmowy: 33.65 g;

sobota 2025-05-03 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml.	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g.	Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuly z wody 120 g, Napój roślinny 330g*.
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2234.00 kcal; Białko ogółem: 107.31 g; Tłuszcz: 81.17 g; Węglowodany ogółem: 248.58 g; Sól: 2.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.55 g; suma cukrów prostych: 95.42 g; Błonnik pokarmowy: 23.20 g;

sobota 2025-05-03 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml.	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 20g* (2).	Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), brokuly z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Napój roślinny 330g*, Masło 20g* (2).
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2275.92 kcal; Białko ogółem: 95.38 g; Tłuszcz: 107.14 g; Węglowodany ogółem: 211.93 g; Sól: 2.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.92 g; suma cukrów prostych: 97.58 g; Błonnik pokarmowy: 22.26 g;

sobota 2025-05-03 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z soczewicy z suszonymi pomidorami 60g, szynka na kartki 40g, ogórek zielony 50g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt.	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Bitka wieprzowa z łopatki 90g w sosie własnym (1), Marchewka z groszkiem 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, ziemniaki 250g.	masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata 250g, Napój roślinny 330g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g.

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3223.47 kcal; Białko ogółem: 127.74 g; Tłuszcz: 77.79 g; Węglowodany ogółem: 488.19 g; Sól: 3.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.01 g; suma cukrów prostych: 149.71 g; Błonnik pokarmowy: 37.27 g;

sobota 2025-05-03	Jadłospis dla diety: Poloźniczy Lekkostrawna C2	
--------------------------	--	--

masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g , Herbata 250g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1 szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, marchew gotowana 120g (1,2), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g, kajzerka 1 szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Napój roślinny 330g*, Mix sałat 10g,
--	--	---

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2874.80 kcal; Białko ogółem: 117.06 g; Tłuszcz: 71.07 g; Węglowodany ogółem: 426.57 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.45 g; suma cukrów prostych: 170.46 g; Błonnik pokarmowy: 29.18 g;

sobota 2025-05-03	Jadłospis dla diety: Poloźniczy 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 soczewicy z suszonymi pomidorami 60g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), ogórek zielony 50g, Mix sałat 10g,	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Grejfrut 1/2 szt , Marchewka z groszkiem 120g.(1,2), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	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 330g*, Pomidor 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]: 2489.27 kcal; Białko ogółem: 116.94 g; Tłuszcz: 64.30 g; Węglowodany ogółem: 340.66 g; Sól: 2.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.34 g; suma cukrów prostych: 70.51 g; Błonnik pokarmowy: 33.65 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-05-04 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), papryka św. 50g, kajzerka 1szt.chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kotlet schabowy - 100g (1,2,3), ziemniaki 250g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroz. 250ml*,	masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), kajzerka 1szt.chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g, Mix салат 10g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3122.61 kcal; Białko ogółem: 127.68 g; Tłuszcz: 105.95 g; Węglowodany ogółem: 422.52 g; Sól: 3.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.40 g; suma cukrów prostych: 104.53 g; Błonnik pokarmowy: 36.07 g;

niedziela 2025-05-04 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt.chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), kasza manna na mleku 350g (1,2), serek homog. nat. 60g.(2), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), pomarańcza 1 szt, Kompot z owoców mroz. 250ml*,	polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt.chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Pomidor 50g, Mix салат 10g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2520.83 kcal; Białko ogółem: 116.07 g; Tłuszcz: 78.98 g; Węglowodany ogółem: 339.23 g; Sól: 2.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.35 g; suma cukrów prostych: 90.19 g; Błonnik pokarmowy: 26.71 g;

niedziela 2025-05-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt.chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), serek homog. nat. 60g.(2), Polędwica sopocka 40g (8), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroz. 250ml*, pomarańcza 1 szt, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Pomidor 50g, polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt.chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix салат 10g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2287.63 kcal; Białko ogółem: 109.11 g; Tłuszcz: 56.42 g; Węglowodany ogółem: 338.95 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.90 g; suma cukrów prostych: 90.39 g; Błonnik pokarmowy: 26.59 g;

niedziela 2025-05-04 Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), papryka św. 50g, Ser żółty 50g(2), Mix салат 10g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Mix 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]: 2572.50 kcal; Białko ogółem: 119.84 g; Tłuszcz: 102.05 g; Węglowodany ogółem: 292.88 g; Sól: 3.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.74 g; suma cukrów prostych: 83.43 g; Błonnik pokarmowy: 30.11 g;

niedziela 2025-05-04 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata 250g, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata 250g, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Masło 15g*(2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2116.97 kcal; Białko ogółem: 106.72 g; Tłuszcz: 92.20 g; Węglowodany ogółem: 218.03 g; Sól: 2.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.49 g; suma cukrów prostych: 101.88 g; Błonnik pokarmowy: 19.46 g;

niedziela 2025-05-04 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Sucharki 40g (1),	Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sucharki 40g (1),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2076.61 kcal; Białko ogółem: 113.83 g; Tłuszcz: 84.21 g; Węglowodany ogółem: 215.20 g; Sól: 2.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.64 g; suma cukrów prostych: 105.96 g; Błonnik pokarmowy: 17.92 g;

niedziela 2025-05-04 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), papryka św. 50g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. .	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kotlet schabowy - 100g (1,2,3), ziemniaki 250g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, gruszka 1 szt.,	masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g, Mix 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]: 3402.61 kcal; Białko ogółem: 137.18 g; Tłuszcz: 119.95 g; Węglowodany ogółem: 445.57 g; Sól: 4.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.48 g; suma cukrów prostych: 113.68 g; Błonnik pokarmowy: 36.07 g;

niedziela 2025-05-04 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), kasza manna na mleku 350g (1,2), serek homog. nat. 60g.(2), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, pomarańcza 1 szt, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Pomidor 50g, polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix 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]: 2800.83 kcal; Białko ogółem: 125.57 g; Tłuszcz: 92.98 g; Węglowodany ogółem: 362.28 g; Sól: 3.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.44 g; suma cukrów prostych: 99.34 g; Błonnik pokarmowy: 26.71 g;

niedziela 2025-05-04 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), papryka św. 50g, Ser żółty 50g(2), Mix салат 10g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, herbata bez cukru 250ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., rzodkiewka 50g, Mix 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]: 2543.10 kcal; Białko ogółem: 113.94 g; Tłuszcz: 100.99 g; Węglowodany ogółem: 294.48 g; Sól: 3.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.08 g; suma cukrów prostych: 84.33 g; Błonnik pokarmowy: 31.36 g;

Dietetyk

.....