

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2023-12-18		
Dieta: PODSTAWOWA 1		
kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), twaróg krajanka 40g (2), ogórek zielony 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kasza manna na mleku 350 g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kottlet schabowy 90g(1,3,13), ziemniaki 250g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), mandarynka 2 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2947.37 kcal; Białko ogółem: 119.77 g; Tłuszcz: 97.70 g; Węglowodany ogółem: 431.72 g; Magnez: 473.51 mg; Sód: 4764.69 mg; Wapń: 1307.68 mg; Żelazo: 14.13 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.69 g; Błonnik pokarmowy: 35.69 g; Witamina C: 255.11 mg;		
poniedziałek 2023-12-18		
Dieta: ŁATWO STRAWNA 2		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), twaróg krajanka 40g (2), Pomidor 50g, Kasza manna na mleku 350 g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*, buraczki gotowane 120g (1,2), mandarynka 2 szt., Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2832.24 kcal; Białko ogółem: 120.52 g; Tłuszcz: 97.80 g; Węglowodany ogółem: 399.10 g; Magnez: 455.68 mg; Sód: 5250.87 mg; Wapń: 1284.55 mg; Żelazo: 13.25 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.08 g; Błonnik pokarmowy: 32.86 g; Witamina C: 265.35 mg;		
poniedziałek 2023-12-18		
Dieta: Z OGR. TŁUSZCZU 3		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), twaróg krajanka 40g (2), Pomidor 50g, Kasza manna na mleku 350 g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g(2), buraczki gotowane 120g (1,2), mandarynka 2 szt., Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,
Wartości odżywcze: Energia : 2832.24 kcal; Białko ogółem: 120.52 g; Tłuszcz: 97.80 g; Węglowodany ogółem: 399.10 g; Magnez: 455.68 mg; Sód: 5250.87 mg; Wapń: 1284.55 mg; Żelazo: 13.25 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.08 g; Błonnik pokarmowy: 32.86 g; Witamina C: 265.35 mg;		
poniedziałek 2023-12-18		
Dieta: Z OGRAN. ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), twaróg krajanka 40g (2), ogórek zielony 50g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., sałatka makronowa z fasolą czerwoną i rozszponką 100g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, ziemniaki 250g(2), sałatka z buraków 120g (3,11,13), mandarynka 2 szt., Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2467.21 kcal; Białko ogółem: 110.81 g; Tłuszcz: 100.56 g; Węglowodany ogółem: 320.00 g; Magnez: 475.91 mg; Sód: 5247.83 mg; Wapń: 930.95 mg; Żelazo: 15.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.26 g; Błonnik pokarmowy: 38.27 g; Witamina C: 286.13 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2023-12-18		
Dieta: PAKOWATA 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Kasza manna 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), buraczki gotowane 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 1887.29 kcal; Białko ogółem: 121.17 g; Tłuszcz: 63.84 g; Węglowodany ogółem: 232.41 g; Magnez: 403.16 mg; Sód: 3775.98 mg; Wapń: 1280.77 mg; Żelazo: 14.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.57 g; Błonnik pokarmowy: 21.81 g; Witamina C: 222.57 mg;		
poniedziałek 2023-12-18		
Dieta: PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ 14		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Kasza manna 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*, buraczki gotowane 120g (1,2), Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 1887.29 kcal; Białko ogółem: 121.17 g; Tłuszcz: 63.84 g; Węglowodany ogółem: 232.41 g; Magnez: 403.16 mg; Sód: 3775.98 mg; Wapń: 1280.77 mg; Żelazo: 14.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.57 g; Błonnik pokarmowy: 21.81 g; Witamina C: 222.57 mg;		
poniedziałek 2023-12-18		
Dieta: POŁOŻNICZY PODSTAWOWA C1		
kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), twaróg krajanka 40g (2), ogórek zielony 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kasza manna na mleku 350 g, II Śniadanie: sałatka makronowa z fasolą czerwoną i rozspanką 100g, sok warzywny 300ml 1 szt. ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kotlet schabowy 90g(1,3,13), ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), mandarynka 2 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 3150.74 kcal; Białko ogółem: 126.63 g; Tłuszcz: 108.76 g; Węglowodany ogółem: 457.71 g; Magnez: 521.86 mg; Sód: 5714.04 mg; Wapń: 1359.03 mg; Żelazo: 16.72 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.41 g; Błonnik pokarmowy: 42.68 g; Witamina C: 311.04 mg;		
poniedziałek 2023-12-18		
Dieta: POŁOŻNICZY LEKKOSTRAWNA C2		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), twaróg krajanka 40g (2), Pomidor 50g, Kasza manna na mleku 350 g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka makaronowa z sałatą, pomidorem i jajkiem 100g*,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g*, buraczki gotowane 120g (1,2), mandarynka 2 szt., Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 3015.46 kcal; Białko ogółem: 125.07 g; Tłuszcz: 108.85 g; Węglowodany ogółem: 420.22 g; Magnez: 494.69 mg; Sód: 6088.53 mg; Wapń: 1322.13 mg; Żelazo: 15.43 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.83 g; Błonnik pokarmowy: 37.51 g; Witamina C: 331.60 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2023-12-18		
Dieta: POŁOŻNICZY Z OGR. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW C3		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), twaróg krajanka 40g (2), ogórek zielony 50g, II Śniadanie: salatka makronowa z fasolą czerwoną i roszponką 100g, sok warzywny 300ml 1 szt. ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, ziemniaki 250g(2) , салатка z buraków 120g (3,11,13), mandarynka 2 szt., Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2467.21 kcal; Białko ogółem: 110.81 g; Tłuszcz: 100.56 g; Węglowodany ogółem: 320.00 g; Magnez: 475.91 mg; Sód: 5247.83 mg; Wapń: 930.95 mg; Żelazo: 15.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.26 g; Błonnik pokarmowy: 38.27 g; Witamina C: 286.13 mg;		
wtorek 2023-12-19		
Dieta: PODSTAWOWA 1		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Masło 10g (2), papryka świeża 50g., filet pieczony z indyka 40g , pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), Herbata z cukrem 250ml*,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), gulasz wieprzowy z łopatki 120g(1), ziemniaki 250g(2) , surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, jabłko deserowe 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Polędwica sopocka 40g (8), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Salatka z ogórka i roszponki z pestkami dynii 100g*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2712.89 kcal; Białko ogółem: 102.44 g; Tłuszcz: 93.64 g; Węglowodany ogółem: 400.63 g; Magnez: 427.25 mg; Sód: 4573.62 mg; Wapń: 885.20 mg; Żelazo: 14.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.33 g; Błonnik pokarmowy: 36.61 g; Witamina C: 309.81 mg;		
wtorek 2023-12-19		
Dieta: ŁATWO STRAWNA 2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), filet pieczony z indyka 40g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Pomidor 50g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13), ziemniaki 250g(2) , Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*, jabłko deserowe 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Polędwica sopocka 40g (8), Bulka kajzerka 50g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Salatka z roszponką, pomidorem i pestkami dynii 100g*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2545.11 kcal; Białko ogółem: 110.57 g; Tłuszcz: 70.39 g; Węglowodany ogółem: 399.60 g; Magnez: 474.61 mg; Sód: 5226.80 mg; Wapń: 897.19 mg; Żelazo: 16.54 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.23 g; Błonnik pokarmowy: 36.11 g; Witamina C: 277.15 mg;		
wtorek 2023-12-19		
Dieta: Z OGR. TŁUSZCZU 3		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), filet pieczony z indyka 40g , Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13), ziemniaki 250g(2) , Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*, jabłko deserowe 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Polędwica sopocka 40g (8), Bulka kajzerka 50g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Salatka z roszponką, pomidorem i pestkami dynii 100g*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2545.11 kcal; Białko ogółem: 110.57 g; Tłuszcz: 70.39 g; Węglowodany ogółem: 399.60 g; Magnez: 474.61 mg; Sód: 5226.80 mg; Wapń: 897.19 mg; Żelazo: 16.54 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.23 g; Błonnik pokarmowy: 36.11 g; Witamina C: 277.15 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2023-12-19		
Dieta: Z OGRAN. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 10g (2), papryka świeża 50g., filet pieczony z indyka 40g , pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, roszponką i pomidorem 100g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13), ziemniaki 250g(2) , surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, jabłko deserowe 1 szt,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Połudwica sopočka 40g (8), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z ogórka i roszponki z pestkami dynii 100g*, Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2279.51 kcal; Białko ogółem: 110.60 g; Tłuszcz: 83.60 g; Węglowodany ogółem: 309.07 g; Magnez: 456.39 mg; Sód: 5184.18 mg; Wapń: 900.17 mg; Żelazo: 15.08 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.67 g; Błonnik pokarmowy: 36.43 g; Witamina C: 338.96 mg;		
wtorek 2023-12-19		
Dieta: PĄPKOWATA 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 1686.72 kcal; Białko ogółem: 109.94 g; Tłuszcz: 57.73 g; Węglowodany ogółem: 203.58 g; Magnez: 331.80 mg; Sód: 3822.61 mg; Wapń: 863.53 mg; Żelazo: 11.22 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.58 g; Błonnik pokarmowy: 23.10 g; Witamina C: 160.17 mg;		
wtorek 2023-12-19		
Dieta: PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), jarzynka gotowana 100g(13), Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 1653.91 kcal; Białko ogółem: 109.15 g; Tłuszcz: 56.41 g; Węglowodany ogółem: 198.29 g; Magnez: 328.08 mg; Sód: 3809.69 mg; Wapń: 856.15 mg; Żelazo: 11.04 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.29 g; Błonnik pokarmowy: 22.23 g; Witamina C: 158.11 mg;		
wtorek 2023-12-19		
Dieta: POŁOŻNICZY PODSTAWOWA C1		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), papryka świeża 50g., filet pieczony z indyka 40g , pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, roszponką i pomidorem 100g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), gulasz wieprzowy z łopatki 120g(1), ziemniaki 250g(2) , surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, jabłko deserowe 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Połudwica sopočka 40g (8), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z ogórka i roszponki z pestkami dynii 100g*, Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2899.02 kcal; Białko ogółem: 111.35 g; Tłuszcz: 106.24 g; Węglowodany ogółem: 414.55 g; Magnez: 469.00 mg; Sód: 5511.88 mg; Wapń: 918.65 mg; Żelazo: 16.93 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.28 g; Błonnik pokarmowy: 41.18 g; Witamina C: 375.76 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2023-12-19		
Dieta: POŁOŻNICZY LEKKOSTRAWNA C2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), filet pieczony z indyka 40g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Pomidor 50g, II Śniadanie: sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, roszponką i pomidorem 100g, sok warzywny 300ml 1 szt. ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13), ziemniaki 250g(2) , Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*, jabłko deserowe 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Połudwica sopocka 40g (8), Bulka kajzerka 50g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i pestkami dynii 100g*, Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2731.23 kcal; Białko ogółem: 119.48 g; Tłuszcz: 82.99 g; Węglowodany ogółem: 413.53 g; Magnez: 516.36 mg; Sód: 6165.05 mg; Wapń: 930.64 mg; Żelazo: 18.72 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.18 g; Błonnik pokarmowy: 40.68 g; Witamina C: 343.10 mg;		
wtorek 2023-12-19		
Dieta: POŁOŻNICZY Z OGR. ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW C3		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 10g (2), papryka świeża 50g., filet pieczony z indyka 40g , pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, roszponką i pomidorem 100g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13), ziemniaki 250g(2) , surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, jabłko deserowe 1 szt,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Połudwica sopocka 40g (8), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z ogórka i roszponki z pestkami dynii 100g*, Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2279.51 kcal; Białko ogółem: 110.60 g; Tłuszcz: 83.60 g; Węglowodany ogółem: 309.07 g; Magnez: 456.39 mg; Sód: 5184.18 mg; Wapń: 900.17 mg; Żelazo: 15.08 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.67 g; Błonnik pokarmowy: 36.43 g; Witamina C: 338.96 mg;		
środa 2023-12-20		
Dieta: PODSTAWOWA 1		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Ser żółty 40g (2), Pomidor 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Ogórkowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Kotlet mielony 90g*(1,2,3), ziemniaki 250g(2) , Marchewka z groszkiem 120g.(1,2), kiwi 1szt., Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Paprykarz 60g(4,8), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z papryki, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2870.83 kcal; Białko ogółem: 102.44 g; Tłuszcz: 104.05 g; Węglowodany ogółem: 416.23 g; Magnez: 445.83 mg; Sód: 4586.48 mg; Wapń: 1464.41 mg; Żelazo: 11.99 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.09 g; Błonnik pokarmowy: 35.57 g; Witamina C: 312.85 mg;		
środa 2023-12-20		
Dieta: ŁATWO STRAWNA 2		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), twaróg 60g (2), Pomidor 50g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g(2) , pulpet drobiowy 90g(1,2,3) , brokuły z wody 120 g, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2587.08 kcal; Białko ogółem: 114.12 g; Tłuszcz: 69.84 g; Węglowodany ogółem: 401.23 g; Magnez: 422.59 mg; Sód: 2976.05 mg; Wapń: 1150.83 mg; Żelazo: 10.41 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.56 g; Błonnik pokarmowy: 29.57 g; Witamina C: 233.94 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2023-12-20		
Dieta: Z OGR. TŁUSZCZU 3		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), twaróg 60g (2), Pomidor 50g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), pulpet drobiowy 90g(1,2,3) , Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g(2) , brokuły z wody 120 g, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2587.08 kcal; Białko ogółem: 114.12 g; Tłuszcz: 69.84 g; Węglowodany ogółem: 401.23 g; Magnez: 422.59 mg; Sód: 2976.05 mg; Wapń: 1150.83 mg; Żelazo: 10.41 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.56 g; Błonnik pokarmowy: 29.57 g; Witamina C: 233.94 mg;		
środa 2023-12-20		
Dieta: Z OGRAN. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g, Masło 10g (2), twaróg 60g (2), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,	ogórkowa z ziemniakami 350ml m(1,2,8,13), pulpet drobiowy 90g(1,2,3) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g(2) , kiwi 1szt,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z papryki, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2212.81 kcal; Białko ogółem: 113.85 g; Tłuszcz: 76.44 g; Węglowodany ogółem: 304.54 g; Magnez: 473.74 mg; Sód: 4645.65 mg; Wapń: 886.23 mg; Żelazo: 13.04 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.56 g; Błonnik pokarmowy: 34.85 g; Witamina C: 399.76 mg;		
środa 2023-12-20		
Dieta: PĄPKOWATA 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo,masło 350ml,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, brokuły z wody 120 g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), brokuły z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 1634.70 kcal; Białko ogółem: 111.47 g; Tłuszcz: 62.18 g; Węglowodany ogółem: 170.37 g; Magnez: 270.69 mg; Sód: 1580.57 mg; Wapń: 1108.93 mg; Żelazo: 8.52 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.96 g; Błonnik pokarmowy: 13.80 g; Witamina C: 211.29 mg;		
środa 2023-12-20		
Dieta: PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ 14		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo,masło 350ml,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Herbata z cukrem 250ml*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 1634.70 kcal; Białko ogółem: 111.47 g; Tłuszcz: 62.18 g; Węglowodany ogółem: 170.37 g; Magnez: 270.69 mg; Sód: 1580.57 mg; Wapń: 1108.93 mg; Żelazo: 8.52 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.96 g; Błonnik pokarmowy: 13.80 g; Witamina C: 211.29 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2023-12-20		
Dieta: POŁOŻNICZY PODSTAWOWA C1		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Ser żółty 40g (2), Pomidor 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,	Ogórkowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Kotlec mielony 90g*(1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g(2) , Marchewka z groszkiem 120g.(1,2), kiwi 1szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Paprykarz 60g(4,8), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z papryki, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 3079.95 kcal; Białko ogółem: 112.61 g; Tłuszcz: 115.21 g; Węglowodany ogółem: 438.16 g; Magnez: 492.98 mg; Sód: 5455.03 mg; Wapń: 1504.56 mg; Żelazo: 14.07 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.86 g; Błonnik pokarmowy: 40.54 g; Witamina C: 369.23 mg;		
środa 2023-12-20		
Dieta: POŁOŻNICZY LEKKOSTRAWNA C2		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), twaróg 60g (2), Pomidor 50g, II Śniadanie: Salátka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, sok warzywny 300ml 1 szt. ,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g(2) , pulpet drobiowy 90g(1,2,3) , brokuły z wody 120 g, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2796.20 kcal; Białko ogółem: 124.29 g; Tłuszcz: 81.00 g; Węglowodany ogółem: 423.16 g; Magnez: 469.74 mg; Sód: 3844.60 mg; Wapń: 1190.98 mg; Żelazo: 12.49 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.33 g; Błonnik pokarmowy: 34.54 g; Witamina C: 290.32 mg;		
środa 2023-12-20		
Dieta: POŁOŻNICZY Z OGR. ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW C3		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g, Masło 10g (2), twaróg 60g (2), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,	ogórkowa z ziemniakami 350ml m(1,2,8,13), pulpet drobiowy 90g(1,2,3) , Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g(2) , kiwi 1szt.,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z papryki, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2212.81 kcal; Białko ogółem: 113.85 g; Tłuszcz: 76.44 g; Węglowodany ogółem: 304.54 g; Magnez: 473.74 mg; Sód: 4645.65 mg; Wapń: 886.23 mg; Żelazo: 13.04 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.56 g; Błonnik pokarmowy: 34.85 g; Witamina C: 399.76 mg;		
czwartek 2023-12-21		
Dieta: PODSTAWOWA 1		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), rzodkiewka 50g, serek wiejski 60g (2), schab na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 90g w sosie curry (1,13), surówka z kap. pekińskiej 120g, ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g*, śliwki 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), pasta z sera topionego i wędliny 60g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Salátka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g*, Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2667.07 kcal; Białko ogółem: 115.91 g; Tłuszcz: 81.90 g; Węglowodany ogółem: 398.98 g; Magnez: 444.88 mg; Sód: 3726.99 mg; Wapń: 976.71 mg; Żelazo: 12.69 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.37 g; Błonnik pokarmowy: 35.06 g; Witamina C: 221.97 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
czwartek 2023-12-21		
Dieta: ŁATWO STRAWNA 2		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), serek wiejski 60g (2), schab na kartki 40g, Pomidor 50g,	Sos pietruszkowy 100g (1,2), Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g(2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, mandarynka 2 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Połędwica sopocka 40g (8), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g*, Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2468.82 kcal; Białko ogółem: 111.87 g; Tłuszcz: 69.27 g; Węglowodany ogółem: 379.66 g; Magnez: 421.01 mg; Sód: 3919.45 mg; Wapń: 845.28 mg; Żelazo: 10.94 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.00 g; Błonnik pokarmowy: 32.73 g; Witamina C: 221.67 mg;		
czwartek 2023-12-21		
Dieta: Z OGR. TŁUSZCZU 3		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), serek wiejski 60g (2), schab na kartki 40g, Pomidor 50g,	Sos pietruszkowy 100g (1,2), Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g(2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, mandarynka 2 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Połędwica sopocka 40g (8), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g*, Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2468.82 kcal; Białko ogółem: 111.87 g; Tłuszcz: 69.27 g; Węglowodany ogółem: 379.66 g; Magnez: 421.01 mg; Sód: 3919.45 mg; Wapń: 845.28 mg; Żelazo: 10.94 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.00 g; Błonnik pokarmowy: 32.73 g; Witamina C: 221.67 mg;		
czwartek 2023-12-21		
Dieta: Z OGRAN. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 10g (2), rzodkiewka 50g, serek wiejski 60g (2), schab na kartki 40g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka makaronowa z sałatą, pomidorem i jajkiem 100g*,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g(2), surówka z kap. pekińskiej 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, śliwki 150g,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Połędwica sopocka 40g (8), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g*, Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,
Wartości odżywcze: Energia : 2246.68 kcal; Białko ogółem: 111.35 g; Tłuszcz: 78.34 g; Węglowodany ogółem: 310.48 g; Magnez: 462.91 mg; Sód: 4507.11 mg; Wapń: 888.34 mg; Żelazo: 13.43 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.23 g; Błonnik pokarmowy: 35.71 g; Witamina C: 249.21 mg;		
czwartek 2023-12-21		
Dieta: PAPKOWATA 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Krupnik 350ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 1703.53 kcal; Białko ogółem: 104.64 g; Tłuszcz: 59.79 g; Węglowodany ogółem: 209.97 g; Magnez: 303.01 mg; Sód: 1633.10 mg; Wapń: 805.16 mg; Żelazo: 9.43 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.07 g; Błonnik pokarmowy: 21.94 g; Witamina C: 130.36 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2023-12-21		
Dieta: PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*, Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
<p>Wartości odżywcze: Energia : 1703.53 kcal; Białko ogółem: 104.64 g; Tłuszcz: 59.79 g; Węglowodany ogółem: 209.97 g; Magnez: 303.01 mg; Sód: 1633.10 mg; Wapń: 805.16 mg; Żelazo: 9.43 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.07 g; Błonnik pokarmowy: 21.94 g; Witamina C: 130.36 mg;</p>		
czwartek 2023-12-21		
Dieta: POŁOŻNICZY PODSTAWOWA C1		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), rzodkiewka 50g, serek wiejski 60g (2), schab na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z salátą, pomidorem i jajkiem 100g*,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 90g w sosie curry (1,13), surówka z kap. pekińskiej 120g, ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g*, śliwki 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), pasta z sera topionego i wędliny 60g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Salátka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g*, Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus- owsianka 100g,
<p>Wartości odżywcze: Energia : 2850.29 kcal; Białko ogółem: 120.46 g; Tłuszcz: 92.95 g; Węglowodany ogółem: 420.09 g; Magnez: 483.89 mg; Sód: 4564.65 mg; Wapń: 1014.30 mg; Żelazo: 14.88 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.12 g; Błonnik pokarmowy: 39.71 g; Witamina C: 288.22 mg;</p>		
czwartek 2023-12-21		
Dieta: POŁOŻNICZY LEKKOSTRAWNA C2		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), serek wiejski 60g (2), schab na kartki 40g, Pomidor 50g, II Śniadanie: Salátka makaronowa z salátą, pomidorem i jajkiem 100g*, sok warzywny 300ml 1 szt. ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, mandarynka 2 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Polędwica sopočka 40g (8), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Salátka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g*, Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus- owsianka 100g,
<p>Wartości odżywcze: Energia : 2652.04 kcal; Białko ogółem: 116.41 g; Tłuszcz: 80.32 g; Węglowodany ogółem: 400.77 g; Magnez: 460.02 mg; Sód: 4757.11 mg; Wapń: 882.87 mg; Żelazo: 13.12 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.75 g; Błonnik pokarmowy: 37.38 g; Witamina C: 287.92 mg;</p>		
czwartek 2023-12-21		
Dieta: POŁOŻNICZY Z OGR. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW C3		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 10g (2), rzodkiewka 50g, serek wiejski 60g (2), schab na kartki 40g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z salátą, pomidorem i jajkiem 100g*,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g(2) , surówka z kap. pekińskiej 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), śliwki 150g, Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Polędwica sopočka 40g (8), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g*, Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus- owsianka 100g,
<p>Wartości odżywcze: Energia : 2246.68 kcal; Białko ogółem: 111.35 g; Tłuszcz: 78.34 g; Węglowodany ogółem: 310.48 g; Magnez: 462.91 mg; Sód: 4507.11 mg; Wapń: 888.34 mg; Żelazo: 13.43 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.23 g; Błonnik pokarmowy: 35.71 g; Witamina C: 249.21 mg;</p>		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2023-12-22		
Dieta: PODSTAWOWA 1		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml(1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Masło 10g (2), twaróg krajanka 40g (2), papryka świeża 50g., chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), miód 2szt. (50g), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), ryż z jabłkami sl 300g, Kompot z owoców mroż. 250g*, grejfrut 150g , surówka z marchwi z ananasem 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z roszponką, ogórkiem zielonym i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 3065.19 kcal; Białko ogółem: 108.82 g; Tłuszcz: 78.99 g; Węglowodany ogółem: 513.75 g; Magnez: 429.14 mg; Sód: 3052.19 mg; Wapń: 1281.06 mg; Żelazo: 15.49 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.30 g; Błonnik pokarmowy: 39.50 g; Witamina C: 260.60 mg;		
piątek 2023-12-22		
Dieta: ŁATWO STRAWNA 2		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml(1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Masło 10g (2), twaróg krajanka 40g (2), miód 2szt. (50g), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), ryż z jabłkami sl 300g, Kompot z owoców mroż. 250g*, grejfrut 150g , bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2796.39 kcal; Białko ogółem: 94.26 g; Tłuszcz: 77.98 g; Węglowodany ogółem: 457.13 g; Magnez: 382.94 mg; Sód: 3246.24 mg; Wapń: 1274.09 mg; Żelazo: 12.87 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.71 g; Błonnik pokarmowy: 32.40 g; Witamina C: 259.40 mg;		
piątek 2023-12-22		
Dieta: Z OGR. TŁUSZCZU 3		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml(1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Masło 10g (2), twaróg krajanka 40g (2), miód 2szt. (50g), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), ryż z jabłkami sl 300g, Kompot z owoców mroż. 250g*, grejfrut 150g , bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z roszponką, ogórkiem zielonym i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2794.09 kcal; Białko ogółem: 94.09 g; Tłuszcz: 77.92 g; Węglowodany ogółem: 456.49 g; Magnez: 382.14 mg; Sód: 3246.64 mg; Wapń: 1275.59 mg; Żelazo: 12.70 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.69 g; Błonnik pokarmowy: 32.00 g; Witamina C: 251.10 mg;		
piątek 2023-12-22		
Dieta: Z OGRAN. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6		
chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), papryka świeża 50g., kakao b/c 250ml (1,2), twaróg krajanka 40g (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), II Śniadanie: Salátka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tunczyka 100g*, sok warzywny 300ml 1 szt. ,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, grejfrut 150g , ziemniaki 250g(2) , bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), filet pieczony z indyka 40g , Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z roszponką, ogórkiem zielonym i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2215.60 kcal; Białko ogółem: 107.62 g; Tłuszcz: 79.92 g; Węglowodany ogółem: 303.97 g; Magnez: 460.98 mg; Sód: 4539.77 mg; Wapń: 827.09 mg; Żelazo: 13.89 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.65 g; Błonnik pokarmowy: 36.25 g; Witamina C: 390.45 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2023-12-22		
Dieta: PĄPKOWATA 12		
kakao 250ml(1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), bukiet warzyw królewski 120g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Herbata z cukrem 250ml*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 1644.23 kcal; Białko ogółem: 107.55 g; Tłuszcz: 64.10 g; Węglowodany ogółem: 182.28 g; Magnez: 386.29 mg; Sód: 2432.54 mg; Wapń: 1208.74 mg; Żelazo: 12.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.58 g; Błonnik pokarmowy: 20.67 g; Witamina C: 249.31 mg;		
piątek 2023-12-22		
Dieta: PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ 14		
kakao 250ml(1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 1501.03 kcal; Białko ogółem: 103.22 g; Tłuszcz: 53.48 g; Węglowodany ogółem: 168.04 g; Magnez: 347.89 mg; Sód: 1570.64 mg; Wapń: 1144.16 mg; Żelazo: 10.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.37 g; Błonnik pokarmowy: 14.32 g; Witamina C: 180.15 mg;		
piątek 2023-12-22		
Dieta: POŁOŻNICZY PODSTAWOWA C1		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml(1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Masło 10g (2), twaróg krajanka 40g (2), papryka świeża 50g., chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), chleb żytni 1 kromka 35g (1), II Śniadanie: Salatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tunczyka 100g*, sok warzywny 300ml 1 szt. ,	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, grejfrut 150g , surówka z marchwi z ananasem 120g, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salatka z roszponką, ogórkiem zielonym i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 3257.52 kcal; Białko ogółem: 144.91 g; Tłuszcz: 97.54 g; Węglowodany ogółem: 494.42 g; Magnez: 565.38 mg; Sód: 5078.30 mg; Wapń: 1342.28 mg; Żelazo: 18.30 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.75 g; Błonnik pokarmowy: 46.59 g; Witamina C: 368.10 mg;		
piątek 2023-12-22		
Dieta: POŁOŻNICZY LEKKOSTRAWNA C2		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml(1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Masło 10g (2), twaróg krajanka 40g (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tunczyka 100g*,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, grejfrut 150g , bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2988.72 kcal; Białko ogółem: 130.35 g; Tłuszcz: 96.53 g; Węglowodany ogółem: 437.80 g; Magnez: 519.18 mg; Sód: 5272.35 mg; Wapń: 1335.31 mg; Żelazo: 15.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.15 g; Błonnik pokarmowy: 39.48 g; Witamina C: 366.90 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
piątek 2023-12-22		
Dieta: POŁOŻNICZY Z OGR. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW C3		
chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), papryka świeża 50g., kakao b/c 250ml (1,2), twaróg krajanka 40g (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), II Śniadanie: śliwki 150g, Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tunczyka 100g*, sok warzywny 300ml 1 szt. ,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* , grejfrut 150g , bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), filet pieczony z indyka 40g , Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z rozszonką,ogórkiem zielonym i nasionami słonecznika 100g* , Posilek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml* ,
Wartości odżywcze: Energia : 2283.10 kcal; Białko ogółem: 108.52 g; Tłuszcz: 80.22 g; Węglowodany ogółem: 321.52 g; Magnez: 472.98 mg; Sód: 4542.77 mg; Wapń: 851.09 mg; Żelazo: 14.64 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.71 g; Błonnik pokarmowy: 38.65 g; Witamina C: 398.25 mg;		
sobota 2023-12-23		
Dieta: PODSTAWOWA 1		
Herbata 250g, Masło 10g (2), serek homo waniliowy 60g, szynka na kartki 40g (1,2,11,13), ogórek zielony 50g, kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), makaron 200g (1,3), Kompot z owoców mroż. 250g* , gruszka 1 szt., sos spaghetti 80g z serem żółtym 20g(1,13), salata zielona z jogurtem (2) 100g,	Sałatka z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g* , Herbata 250g, Masło 10g (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml* ,
Wartości odżywcze: Energia : 2815.63 kcal; Białko ogółem: 104.87 g; Tłuszcz: 91.43 g; Węglowodany ogółem: 419.71 g; Magnez: 386.00 mg; Sód: 4607.10 mg; Wapń: 1060.90 mg; Żelazo: 12.76 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.84 g; Błonnik pokarmowy: 32.66 g; Witamina C: 175.10 mg;		
sobota 2023-12-23		
Dieta: ŁATWO STRAWNA 2		
Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek homo waniliowy 60g, Herbata 250g, kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Pomidor 50g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13), Kompot z owoców mroż. 250g* , jabłko deserowe 1 szt, salata zielona z jogurtem (2) 100g,	Herbata 250g, Masło 10g (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i pestkami dyni 100g* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml* ,
Wartości odżywcze: Energia : 2495.95 kcal; Białko ogółem: 96.63 g; Tłuszcz: 69.82 g; Węglowodany ogółem: 391.79 g; Magnez: 327.63 mg; Sód: 2336.16 mg; Wapń: 851.60 mg; Żelazo: 11.25 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.80 g; Błonnik pokarmowy: 28.40 g; Witamina C: 180.59 mg;		
sobota 2023-12-23		
Dieta: Z OGR. TŁUSZCZU 3		
Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek homo waniliowy 60g, Herbata 250g, kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Pomidor 50g,	jabłko deserowe 1 szt, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13), Kompot z owoców mroż. 250g* , salata zielona z jogurtem (2) 100g,	Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i pestkami dyni 100g* , Herbata 250g, Masło 10g (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml* ,
Wartości odżywcze: Energia : 2495.95 kcal; Białko ogółem: 96.63 g; Tłuszcz: 69.82 g; Węglowodany ogółem: 391.79 g; Magnez: 327.63 mg; Sód: 2336.16 mg; Wapń: 851.60 mg; Żelazo: 11.25 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.80 g; Błonnik pokarmowy: 28.40 g; Witamina C: 180.59 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2023-12-23		
Dieta: Z OGRAN. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek homog. nat. 60g.(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), ogórek zielony 50g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z kaszą gryczaną,rukolą i soczewicą 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 300g (1,2,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, gruszka 1 szt., salata zielona z jogurtem (2) 100g,	Sałatka z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Masło 10g (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Herbata b/c 250ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2473.29 kcal; Białko ogółem: 111.15 g; Tłuszcz: 77.59 g; Węglowodany ogółem: 367.52 g; Magnez: 446.80 mg; Sód: 3358.32 mg; Wapń: 945.61 mg; Żelazo: 15.92 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.51 g; Błonnik pokarmowy: 39.30 g; Witamina C: 193.13 mg;		
sobota 2023-12-23		
Dieta: PĄPKOWATA 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 1910.18 kcal; Białko ogółem: 113.34 g; Tłuszcz: 60.62 g; Węglowodany ogółem: 261.01 g; Magnez: 397.51 mg; Sód: 1887.95 mg; Wapń: 912.46 mg; Żelazo: 11.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.73 g; Błonnik pokarmowy: 26.36 g; Witamina C: 204.71 mg;		
sobota 2023-12-23		
Dieta: PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	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*, Koperkowa 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: Energia : 1689.53 kcal; Białko ogółem: 107.43 g; Tłuszcz: 60.02 g; Węglowodany ogółem: 205.38 g; Magnez: 325.26 mg; Sód: 1665.95 mg; Wapń: 882.31 mg; Żelazo: 10.27 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.52 g; Błonnik pokarmowy: 21.86 g; Witamina C: 162.56 mg;		
sobota 2023-12-23		
Dieta: POŁOŻNICZY PODSTAWOWA C1		
Herbata 250g, Masło 10g (2), serek homo waniliowy 60g, szynka na kartki 40g (1,2,11,13), ogórek zielony 50g, kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z kaszą gryczaną,rukolą i soczewicą 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), makaron 200g (1,3), sos spaghetti 80g z serem żółtym 20g(1,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, gruszka 1 szt., salata zielona z jogurtem (2) 100g,	Masło 10g (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Sałatka z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Herbata 250g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 3086.56 kcal; Białko ogółem: 116.67 g; Tłuszcz: 103.30 g; Węglowodany ogółem: 455.88 g; Magnez: 462.05 mg; Sód: 5440.26 mg; Wapń: 1108.55 mg; Żelazo: 16.62 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.69 g; Błonnik pokarmowy: 39.83 g; Witamina C: 233.05 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
sobota 2023-12-23		
Dieta: POŁOŻNICZY LEKKOSTRAWNA C2		
Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek homo waniliowy 60g, Herbata 250g, kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Pomidor 50g, II Śniadanie: Salatka z kaszą jęczmienną, pomidorem, rukolą i jajkiem 100g*, sok warzywny 300ml 1 szt. ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomid. 300g(1,3,13), Kompot z owoców mroz. 250g*, jablko deserowe 1 szt., salata zielona z jogurtem (2) 100g,	Herbata 250g, Masło 10g (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Salatka z pomidorem, salata zieloną i pestkami dyni 100g*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Posilek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2643.37 kcal; Białko ogółem: 100.06 g; Tłuszcz: 80.63 g; Węglowodany ogółem: 405.59 g; Magnez: 364.64 mg; Sód: 3172.92 mg; Wapń: 887.68 mg; Żelazo: 13.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.50 g; Błonnik pokarmowy: 32.91 g; Witamina C: 249.14 mg;		
sobota 2023-12-23		
Dieta: POŁOŻNICZY Z OGR. ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW C3		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek homog. nat. 60g.(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), ogórek zielony 50g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salatka z kaszą gryczaną, rukolą i soczewicą 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomid. 300g(1,3,13), Kompot z owoców mroz. b/c 250ml*, gruszka 1 szt., salata zielona z jogurtem (2) 100g,	Masło 10g (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Herbata b/c 250ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salatka z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Posilek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2470.34 kcal; Białko ogółem: 107.58 g; Tłuszcz: 81.99 g; Węglowodany ogółem: 358.25 g; Magnez: 429.90 mg; Sód: 3119.97 mg; Wapń: 922.22 mg; Żelazo: 15.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.92 g; Błonnik pokarmowy: 36.77 g; Witamina C: 185.05 mg;		
niedziela 2023-12-24		
Dieta: PODSTAWOWA 1		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), pasta jajeczna 60g z zieloną pietruszką (3,13,11), ser topiony 2 szt. 34g 92), Pomidor 50g, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), karp smażony 150g* (1) , ziemniaki 250g(2) , Kapusta z grochem i grzybami 120g*, kompot z suszu 250ml, mandarynka 2 szt.,	Masło 10g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem 60g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Salatka z papryką, rukolą i nasionami słonecznika 100g*, Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2467.83 kcal; Białko ogółem: 81.67 g; Tłuszcz: 76.68 g; Węglowodany ogółem: 397.38 g; Magnez: 374.20 mg; Sód: 3942.69 mg; Wapń: 908.23 mg; Żelazo: 13.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.50 g; Błonnik pokarmowy: 34.30 g; Witamina C: 296.14 mg;		
niedziela 2023-12-24		
Dieta: ŁATWO STRAWNA 2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g, marchew gotowana 120g (1,2), kompot z suszu 250ml, ziemniaki 250g(2) , mandarynka 2 szt., sos szpinakowy 100ml (1,2),	Twarożek z koperkiem 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Salatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 33883.56 kcal; Białko ogółem: 933.05 g; Tłuszcz: 332.83 g; Węglowodany ogółem: 7100.95 g; Magnez: 3287.44 mg; Sód: 55815.63 mg; Wapń: 2895.99 mg; Żelazo: 147.54 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 131.51 g; Błonnik pokarmowy: 505.53 g; Witamina C: 201.82 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
niedziela 2023-12-24		
Dieta: Z OGR. TŁUSZCZU 3		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g, ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2), kompot z suszu 250ml, mandarynka 2 szt., sos szpinakowy 100ml (1,2),	Salatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Twarożek z koperkiem 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 33861.36 kcal; Białko ogółem: 932.07 g; Tłuszcz: 331.41 g; Węglowodany ogółem: 7099.57 g; Magnez: 3282.64 mg; Sód: 55960.11 mg; Wapń: 2847.99 mg; Żelazo: 147.48 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 129.96 g; Błonnik pokarmowy: 505.53 g; Witamina C: 201.82 mg;		
niedziela 2023-12-24		
Dieta: Z OGRAN. ŁATWOPRZYSAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Pomidor 50g, serek wiejski 60g (2), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salatka makaronowa z papryką czerwoną, jajkiem, szpinakiem baby 100g*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g, ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, mandarynka 2 szt., sos szpinakowy 100ml (1,2),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 10g (2), Salatka z papryką, rukolą i nasionami słonecznika 100g*, Twarożek z koperkiem 60g (2), Herbata b/c 250ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,
Wartości odżywcze: Energia : 2116.69 kcal; Białko ogółem: 104.78 g; Tłuszcz: 74.69 g; Węglowodany ogółem: 295.41 g; Magnez: 396.45 mg; Sód: 3903.35 mg; Wapń: 999.31 mg; Żelazo: 14.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.64 g; Błonnik pokarmowy: 35.68 g; Witamina C: 433.35 mg;		
niedziela 2023-12-24		
Dieta: PĄPKOWATA 12		
Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	kompot z suszu 250ml, Mięso mielone drobiowe 90g*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), jarzynka gotowana 120g (1,2,13),	Herbata 250g, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 1595.97 kcal; Białko ogółem: 103.74 g; Tłuszcz: 55.20 g; Węglowodany ogółem: 193.49 g; Magnez: 303.55 mg; Sód: 2077.09 mg; Wapń: 860.25 mg; Żelazo: 11.33 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.06 g; Błonnik pokarmowy: 21.45 g; Witamina C: 130.38 mg;		
niedziela 2023-12-24		
Dieta: PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ 14		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	kompot z suszu 250ml, Mięso mielone drobiowe 90g*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), jarzynka gotowana 120g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 1555.47 kcal; Białko ogółem: 103.74 g; Tłuszcz: 55.20 g; Węglowodany ogółem: 183.51 g; Magnez: 303.53 mg; Sód: 2076.88 mg; Wapń: 860.10 mg; Żelazo: 11.33 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.06 g; Błonnik pokarmowy: 21.45 g; Witamina C: 130.38 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
niedziela 2023-12-24		
Dieta: POŁOŻNICZY PODSTAWOWA C1		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), pasta jajeczna 60g z zieloną pietruszką (3,13,11), ser topiony 2 szt. 34g 92), Pomidor 50g, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z papryką czerwoną, jajkiem, szpinakiem baby 100g*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), karp smażony 150g* (1) , ziemniaki 250g(2) , Kapusta z grochem i grzybami 120g*, kompot z suszu 250ml, mandarynka 2 szt.,	Salátka z papryką, rukolą i nasionami słonecznika 100g*, Masło 10g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem 60g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2733.61 kcal; Białko ogółem: 91.13 g; Tłuszcz: 90.60 g; Węglowodany ogółem: 430.11 g; Magnez: 434.15 mg; Sód: 4819.60 mg; Wapń: 989.48 mg; Żelazo: 17.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.83 g; Błonnik pokarmowy: 40.17 g; Witamina C: 450.55 mg;		
niedziela 2023-12-24		
Dieta: POŁOŻNICZY LEKKOSTRAWNA C2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g, II Śniadanie: Salátka makaronowa z kalafiolem, jajkiem, szpinakiem baby 100g*, sok warzywny 300ml 1 szt. ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g, marchew gotowana 120g (1,2), kompot z suszu 250ml, ziemniaki 250g(2) , mandarynka 2 szt., sos szpinakowy 100ml (1,2),	Salátka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Twarożek z koperkiem 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 34132.53 kcal; Białko ogółem: 941.73 g; Tłuszcz: 346.45 g; Węglowodany ogółem: 7129.72 g; Magnez: 3340.79 mg; Sód: 56690.73 mg; Wapń: 2969.44 mg; Żelazo: 151.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 134.78 g; Błonnik pokarmowy: 510.20 g; Witamina C: 269.83 mg;		
niedziela 2023-12-24		
Dieta: POŁOŻNICZY Z OGR. ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW C3		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Pomidor 50g, serek wiejski 60g (2), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z papryką czerwoną, jajkiem, szpinakiem baby 100g*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g, ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, mandarynka 2 szt., sos szpinakowy 100ml (1,2),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 10g (2), Twarożek z koperkiem 60g (2), Herbata b/c 250ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z papryką, rukolą i nasionami słonecznika 100g*, Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2116.69 kcal; Białko ogółem: 104.78 g; Tłuszcz: 74.69 g; Węglowodany ogółem: 295.41 g; Magnez: 396.45 mg; Sód: 3903.35 mg; Wapń: 999.31 mg; Żelazo: 14.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.64 g; Błonnik pokarmowy: 35.68 g; Witamina C: 433.35 mg;		