

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-01-08		
Dieta: PODSTAWOWA 1		
Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), ogórek zielony 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Zraz 90g w sosie myśliwskim 100g, ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g*, gruszka 1 szt., surówka bułgarska 120g.(3,11,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), Połędwica sopocka 40g (8), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2995.10 kcal; Białko ogółem: 113.29 g; Tłuszcz: 103.75 g; Węglowodany ogółem: 438.03 g; Magnez: 439.09 mg; Sód: 3791.84 mg; Wapń: 1187.15 mg; Żelazo: 12.51 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.10 g; Błonnik pokarmowy: 38.60 g; Witamina C: 273.38 mg;		
poniedziałek 2024-01-08		
Dieta: ŁATWO STRAWNA 2		
Ryż na mleku 350 ml*(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), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), gulasz drobiowy 120g*(1,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2), Banan 1 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 pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2734.90 kcal; Białko ogółem: 113.44 g; Tłuszcz: 77.65 g; Węglowodany ogółem: 425.98 g; Magnez: 461.34 mg; Sód: 3784.44 mg; Wapń: 1099.02 mg; Żelazo: 10.83 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.53 g; Błonnik pokarmowy: 33.87 g; Witamina C: 202.71 mg;		
poniedziałek 2024-01-08		
Dieta: Z OGR. TŁUSZCZU 3		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), schab na kartki 40g, serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), gulasz drobiowy 120g*(1,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2), Banan 1 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 pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2734.90 kcal; Białko ogółem: 114.24 g; Tłuszcz: 77.73 g; Węglowodany ogółem: 426.02 g; Magnez: 461.34 mg; Sód: 3784.44 mg; Wapń: 1099.02 mg; Żelazo: 10.83 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.53 g; Błonnik pokarmowy: 33.87 g; Witamina C: 202.71 mg;		
poniedziałek 2024-01-08		
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), serek wiejski 60g (2), ogórek zielony 50g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rozszponką i pomidorem 100g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), gulasz drobiowy 120g*(1,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, ziemniaki 250g(2) , surówka bułgarska 120g.(3,11,13), gruszka 1 szt.,	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 pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2317.36 kcal; Białko ogółem: 108.93 g; Tłuszcz: 83.45 g; Węglowodany ogółem: 319.76 g; Magnez: 434.50 mg; Sód: 4387.27 mg; Wapń: 906.02 mg; Żelazo: 12.27 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.02 g; Błonnik pokarmowy: 37.21 g; Witamina C: 272.45 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-01-08		
Dieta: PAKOWATA 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Sucharki 40g (1),	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), brokuły z wody 120 g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 1988.19 kcal; Białko ogółem: 119.92 g; Tłuszcz: 69.39 g; Węglowodany ogółem: 242.90 g; Magnez: 345.24 mg; Sód: 1822.88 mg; Wapń: 1098.82 mg; Żelazo: 10.44 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.13 g; Błonnik pokarmowy: 22.23 g; Witamina C: 192.90 mg;		
poniedziałek 2024-01-08		
Dieta: PŁYNNA WZMOCNIONA 14		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), 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),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), brokuły z wody 120 g, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 1807.94 kcal; Białko ogółem: 114.62 g; Tłuszcz: 66.13 g; Węglowodany ogółem: 212.05 g; Magnez: 345.54 mg; Sód: 1667.63 mg; Wapń: 1100.52 mg; Żelazo: 10.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.61 g; Błonnik pokarmowy: 20.74 g; Witamina C: 208.75 mg;		
poniedziałek 2024-01-08		
Dieta: POŁOŻNICZY PODSTAWOWA C1		
Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), ogórek zielony 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, roszponką i pomidorem 100g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Zraz 90g w sosie myśliwskim 100g, ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g*, gruszka 1 szt., surówka bułgarska 120g.(3,11,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), Połędwica sopocka 40g (8), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 3181.22 kcal; Białko ogółem: 122.20 g; Tłuszcz: 116.35 g; Węglowodany ogółem: 451.96 g; Magnez: 480.84 mg; Sód: 4730.09 mg; Wapń: 1220.60 mg; Żelazo: 14.69 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.05 g; Błonnik pokarmowy: 43.17 g; Witamina C: 339.33 mg;		
poniedziałek 2024-01-08		
Dieta: POŁOŻNICZY LEKKOSTRAWNA C2		
Ryż na mleku 350 ml*(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), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, roszponką i pomidorem 100g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), gulasz drobiowy 120g*(1,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2), Banan 1 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 pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2921.02 kcal; Białko ogółem: 122.35 g; Tłuszcz: 90.25 g; Węglowodany ogółem: 439.91 g; Magnez: 503.09 mg; Sód: 4722.69 mg; Wapń: 1132.47 mg; Żelazo: 13.01 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.48 g; Błonnik pokarmowy: 38.44 g; Witamina C: 268.66 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-01-08		
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), serek wiejski 60g (2), ogórek zielony 50g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, roszponką i pomidorem 100g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), gulasz drobiowy 120g*(1,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, ziemniaki 250g(2) , surówka bułgarska 120g.(3,11,13), gruszka 1 szt.,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Polędwica sopocka 40g (8), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2317.36 kcal; Białko ogółem: 108.93 g; Tłuszcz: 83.45 g; Węglowodany ogółem: 319.76 g; Magnez: 434.50 mg; Sód: 4387.27 mg; Wapń: 906.02 mg; Żelazo: 12.27 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.02 g; Błonnik pokarmowy: 37.21 g; Witamina C: 272.45 mg;		
wtorek 2024-01-09		
Dieta: PODSTAWOWA 1		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), rzodkiewka 50g, filet pieczony z indyka 40g , Ser żółty 40g (2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kotlet schabowy 90g(1,3,13), ziemniaki 250g(2) , sałata zielona z jogurtem (2) 100g, Kompot z owoców mroż. 250g*, jabłko deserowe 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z papryki, roszponki z nasionami i słonecznika 100g*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2849.33 kcal; Białko ogółem: 113.51 g; Tłuszcz: 104.60 g; Węglowodany ogółem: 401.27 g; Magnez: 431.53 mg; Sód: 3926.75 mg; Wapń: 1359.41 mg; Żelazo: 15.73 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.12 g; Błonnik pokarmowy: 37.15 g; Witamina C: 285.88 mg;		
wtorek 2024-01-09		
Dieta: ŁATWO STRAWNA 2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), filet pieczony z indyka 40g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 40g (2), Pomidor 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g(2) , sałata zielona z jogurtem (2) 100g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), jabłko deserowe 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Bułka kajzerka 50g (1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2612.60 kcal; Białko ogółem: 112.01 g; Tłuszcz: 79.48 g; Węglowodany ogółem: 394.11 g; Magnez: 403.31 mg; Sód: 4067.53 mg; Wapń: 1036.25 mg; Żelazo: 13.77 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.27 g; Błonnik pokarmowy: 34.37 g; Witamina C: 196.49 mg;		
wtorek 2024-01-09		
Dieta: Z OGR. TŁUSZCZU 3		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), filet pieczony z indyka 40g , twaróg krajanka 40g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g(2) , sałata zielona z jogurtem (2) 100g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), jabłko deserowe 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Bułka kajzerka 50g (1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2612.60 kcal; Białko ogółem: 112.01 g; Tłuszcz: 79.48 g; Węglowodany ogółem: 394.11 g; Magnez: 403.31 mg; Sód: 4067.53 mg; Wapń: 1036.25 mg; Żelazo: 13.77 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.27 g; Błonnik pokarmowy: 34.37 g; Witamina C: 196.49 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-01-09		
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, filet pieczony z indyka 40g , Ser żółty 40g (2), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka makaronowa z jajkiem, kalafiozem, rzodkiewką,papryką czerwoną, szpinakiem baby 100g*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g(2) , sałata zielona z jogurtem (2) 100g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), jabłko deserowe 1 szt,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z papryki,roszponki z nasionami i słonecznika 100g*, Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,
Wartości odżywcze: Energia : 2414.78 kcal; Białko ogółem: 114.20 g; Tłuszcz: 98.59 g; Węglowodany ogółem: 308.30 g; Magnez: 448.63 mg; Sód: 4218.48 mg; Wapń: 1291.29 mg; Żelazo: 17.45 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.26 g; Błonnik pokarmowy: 36.29 g; Witamina C: 369.80 mg;		
wtorek 2024-01-09		
Dieta: PĄPKOWATA 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, bulka wrocławska 100g (1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),
Wartości odżywcze: Energia : 1939.97 kcal; Białko ogółem: 119.98 g; Tłuszcz: 63.99 g; Węglowodany ogółem: 249.28 g; Magnez: 354.25 mg; Sód: 2564.49 mg; Wapń: 950.00 mg; Żelazo: 13.56 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.53 g; Błonnik pokarmowy: 26.22 g; Witamina C: 149.39 mg;		
wtorek 2024-01-09		
Dieta: PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Herbata z cukrem 250ml*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),
Wartości odżywcze: Energia : 1645.97 kcal; Białko ogółem: 109.48 g; Tłuszcz: 59.59 g; Węglowodany ogółem: 192.68 g; Magnez: 336.25 mg; Sód: 2162.49 mg; Wapń: 935.00 mg; Żelazo: 12.46 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.42 g; Błonnik pokarmowy: 24.42 g; Witamina C: 149.39 mg;		
wtorek 2024-01-09		
Dieta: POŁOŻNICZY PODSTAWOWA C1		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), rzodkiewka 50g, filet pieczony z indyka 40g , Ser żółty 40g (2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka makaronowa z jajkiem, kalafiozem, rzodkiewką,papryką czerwoną, szpinakiem baby 100g*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kotlet schabowy 90g(1,3,13), ziemniaki 250g(2) , sałata zielona z jogurtem (2) 100g, Kompot z owoców mroż. 250g*, jabłko deserowe 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z papryki,roszponki z nasionami i słonecznika 100g*, Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 3110.70 kcal; Białko ogółem: 123.09 g; Tłuszcz: 118.40 g; Węglowodany ogółem: 433.14 g; Magnez: 490.28 mg; Sód: 4808.85 mg; Wapń: 1443.46 mg; Żelazo: 19.74 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.43 g; Błonnik pokarmowy: 43.16 g; Witamina C: 395.51 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-01-09		
Dieta: POŁOŻNICZY LEKKOSTRAWNA C2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), filet pieczony z indyka 40g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 40g (2), Pomidor 50g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z kalafiolem, jajkiem, szpinakiem baby 100g*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g(2) , salata zielona z jogurtem (2) 100g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), jabłko deserowe 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Bułka kajzerka 50g (1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2861.58 kcal; Białko ogółem: 120.69 g; Tłuszcz: 93.10 g; Węglowodany ogółem: 422.88 g; Magnez: 456.66 mg; Sód: 4942.64 mg; Wapń: 1109.70 mg; Żelazo: 17.40 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.54 g; Błonnik pokarmowy: 39.04 g; Witamina C: 264.50 mg;		
wtorek 2024-01-09		
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, filet pieczony z indyka 40g , Ser żółty 40g (2), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z jajkiem, kalafiolem, rzodkiewką, papryką czerwoną, szpinakiem baby 100g*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g(2) , salata zielona z jogurtem (2) 100g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), jabłko deserowe 1 szt,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z papryki, roszponki z nasionami i słonecznika 100g*, Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2414.78 kcal; Białko ogółem: 114.20 g; Tłuszcz: 98.59 g; Węglowodany ogółem: 308.30 g; Magnez: 448.63 mg; Sód: 4218.48 mg; Wapń: 1291.29 mg; Żelazo: 17.45 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.26 g; Błonnik pokarmowy: 36.29 g; Witamina C: 369.80 mg;		
środa 2024-01-10		
Dieta: PODSTAWOWA 1		
kasza manna na mleku 350g (1,2), 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 topiony 1szt. 17g (2), Pomidor 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Ogórkowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, mandarynka 2 szt., Leczo z soczewicą 300g (1,8,13), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Ryż biały 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Salátka z salaty, ogórka zielonego i pestkami dyni 100g*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2543.68 kcal; Białko ogółem: 89.54 g; Tłuszcz: 70.46 g; Węglowodany ogółem: 417.16 g; Magnez: 408.35 mg; Sód: 4036.40 mg; Wapń: 1128.71 mg; Żelazo: 12.81 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.38 g; Błonnik pokarmowy: 35.42 g; Witamina C: 285.29 mg;		
środa 2024-01-10		
Dieta: ŁATWO STRAWNA 2		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), serek homog. nat. 60g.(2), Pomidor 50g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g(2) , mandarynka 2 szt., salátka z selera z jabłkiem 120g, Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i pestkami dyni 100g*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2526.49 kcal; Białko ogółem: 99.19 g; Tłuszcz: 78.28 g; Węglowodany ogółem: 391.19 g; Magnez: 425.33 mg; Sód: 3482.05 mg; Wapń: 1152.05 mg; Żelazo: 11.50 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.84 g; Błonnik pokarmowy: 36.75 g; Witamina C: 235.72 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-01-10		
Dieta: Z OGR. TŁUSZCZU 3		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), serek homog. nat. 60g.(2), Pomidor 50g,	Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g*, mandarynka 2 szt., salátka z selera z jabłkiem 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i pestkami dyni 100g*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2526.49 kcal; Białko ogółem: 99.19 g; Tłuszcz: 78.28 g; Węglowodany ogółem: 391.19 g; Magnez: 425.33 mg; Sód: 3482.05 mg; Wapń: 1152.05 mg; Żelazo: 11.50 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.84 g; Błonnik pokarmowy: 36.75 g; Witamina C: 235.72 mg;		
środa 2024-01-10		
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), serek homog. nat. 60g.(2), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,	Ogórkowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), mandarynka 2 szt., ziemniaki 250g(2) , Surówka z czerwonej kapusty 120 g,	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), Salátka z salaty, ogórka zielonego i pestkami dyni 100g*, Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2394.93 kcal; Białko ogółem: 113.93 g; Tłuszcz: 87.79 g; Węglowodany ogółem: 324.53 g; Magnez: 493.96 mg; Sód: 5576.91 mg; Wapń: 904.10 mg; Żelazo: 14.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.78 g; Błonnik pokarmowy: 35.90 g; Witamina C: 305.58 mg;		
środa 2024-01-10		
Dieta: PĄPKOWATA 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Sucharki 40g (1),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, bukiet warzyw królewski 120g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), bukiet warzyw królewski 120g, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 1772.25 kcal; Białko ogółem: 102.19 g; Tłuszcz: 65.43 g; Węglowodany ogółem: 216.13 g; Magnez: 321.34 mg; Sód: 3070.86 mg; Wapń: 1155.89 mg; Żelazo: 9.39 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.96 g; Błonnik pokarmowy: 22.03 g; Witamina C: 202.21 mg;		
środa 2024-01-10		
Dieta: PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ 14		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Mięso mielone drobiowe 90g*, Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, bukiet warzyw królewski 120g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 1612.25 kcal; Białko ogółem: 96.59 g; Tłuszcz: 62.63 g; Węglowodany ogółem: 188.53 g; Magnez: 314.14 mg; Sód: 2910.06 mg; Wapń: 1149.89 mg; Żelazo: 8.95 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.51 g; Błonnik pokarmowy: 20.59 g; Witamina C: 202.21 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
środa 2024-01-10		
Dieta: POŁOŻNICZY PODSTAWOWA C1		
kasza manna na mleku 350g (1,2), 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 topiony 1szt. 17g (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), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, mandarynka 2 szt., Surówka z czerwonej kapusty 120 g, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Salátka z salaty, ogórka zielonego i pestkami dyni 100g*, Posilek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2792.46 kcal; Białko ogółem: 107.87 g; Tłuszcz: 85.42 g; Węglowodany ogółem: 435.27 g; Magnez: 504.47 mg; Sód: 5375.07 mg; Wapń: 1158.86 mg; Żelazo: 14.20 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.41 g; Błonnik pokarmowy: 39.05 g; Witamina C: 347.07 mg;		
środa 2024-01-10		
Dieta: POŁOŻNICZY LEKKOSTRAWNA C2		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), serek homog. nat. 60g.(2), Pomidor 50g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), mandarynka 2 szt., salátka z selera z jabłkiem 120g, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i pestkami dyni 100g*, Posilek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2735.61 kcal; Białko ogółem: 109.36 g; Tłuszcz: 89.44 g; Węglowodany ogółem: 413.12 g; Magnez: 472.48 mg; Sód: 4350.61 mg; Wapń: 1192.20 mg; Żelazo: 13.58 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.61 g; Błonnik pokarmowy: 41.72 g; Witamina C: 292.10 mg;		
środa 2024-01-10		
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), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g, Masło 10g (2), serek homog. nat. 60g.(2), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,	Ogórkowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), ziemniaki 250g(2) , mandarynka 2 szt., Surówka z czerwonej kapusty 120 g,	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), Salátka z salaty, ogórka zielonego i pestkami dyni 100g*, Posilek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2195.57 kcal; Białko ogółem: 95.93 g; Tłuszcz: 79.50 g; Węglowodany ogółem: 310.78 g; Magnez: 462.43 mg; Sód: 4919.29 mg; Wapń: 891.83 mg; Żelazo: 13.03 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.99 g; Błonnik pokarmowy: 35.11 g; Witamina C: 305.58 mg;		
czwartek 2024-01-11		
Dieta: PODSTAWOWA 1		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), papryka świeża 50g., twarożek ze szczypiorkiem 60g(2), schab na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Pieczarkowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Pieczeń wieprzowa z łopatki 90g, salátka z buraków 120g (3,11,13), kasza gryczana 200g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*, śliwki 150g, Sos pieczeniowy 100g (1),	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 rukoli, rzodkiewki z nasionami słonecznika 100g*, Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2947.62 kcal; Białko ogółem: 118.00 g; Tłuszcz: 113.68 g; Węglowodany ogółem: 393.47 g; Magnez: 506.80 mg; Sód: 4073.69 mg; Wapń: 938.46 mg; Żelazo: 14.77 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.43 g; Błonnik pokarmowy: 35.19 g; Witamina C: 213.83 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
czwartek 2024-01-11		
Dieta: ŁATWO STRAWNA 2		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), Twarożek z koperkiem 60g (2), schab na kartki 40g, Pomidor 50g,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, sos brokułowy 100ml(1,2), Kasza jęczmienna 200 g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, jabłko deserowe 1 szt,	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), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2722.56 kcal; Białko ogółem: 115.35 g; Tłuszcz: 94.22 g; Węglowodany ogółem: 381.94 g; Magnez: 382.13 mg; Sód: 5319.70 mg; Wapń: 974.00 mg; Żelazo: 13.81 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.51 g; Błonnik pokarmowy: 34.41 g; Witamina C: 230.87 mg;		
czwartek 2024-01-11		
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), Twarożek z koperkiem 60g (2), schab na kartki 40g, Pomidor 50g,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, Kasza jęczmienna 200 g, sos brokułowy 100ml(1,2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, jabłko deserowe 1 szt,	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), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2722.56 kcal; Białko ogółem: 115.35 g; Tłuszcz: 94.22 g; Węglowodany ogółem: 381.94 g; Magnez: 382.13 mg; Sód: 5319.70 mg; Wapń: 974.00 mg; Żelazo: 13.81 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.51 g; Błonnik pokarmowy: 34.41 g; Witamina C: 230.87 mg;		
czwartek 2024-01-11		
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., twarożek ze szczypiorkiem 60g(2), schab na kartki 40g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z makaronem orzo, brokulem, jajakiem i szpinakiem baby 100g* ,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, kasza gryczana 200g(2), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, sos brokułowy 100ml(1,2), śliwki 150g,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), filet pieczony z indyka 40g , Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z rukoli, rzodkiewki z nasionami słonecznika 100g*, Posilek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2597.57 kcal; Białko ogółem: 125.02 g; Tłuszcz: 107.49 g; Węglowodany ogółem: 320.48 g; Magnez: 595.94 mg; Sód: 4980.33 mg; Wapń: 1030.14 mg; Żelazo: 19.13 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.15 g; Błonnik pokarmowy: 39.08 g; Witamina C: 351.09 mg;		
czwartek 2024-01-11		
Dieta: PAPKOWATA 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml, bułka wrocławska 100g (1),	Szpinakowa 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*, Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 1794.75 kcal; Białko ogółem: 107.03 g; Tłuszcz: 57.78 g; Węglowodany ogółem: 237.95 g; Magnez: 338.61 mg; Sód: 2810.78 mg; Wapń: 941.11 mg; Żelazo: 11.88 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.68 g; Błonnik pokarmowy: 22.70 g; Witamina C: 182.89 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-01-11		
Dieta: PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 1500.75 kcal; Białko ogółem: 96.53 g; Tłuszcz: 53.38 g; Węglowodany ogółem: 181.35 g; Magnez: 320.61 mg; Sód: 2408.78 mg; Wapń: 926.11 mg; Żelazo: 10.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.57 g; Błonnik pokarmowy: 20.90 g; Witamina C: 182.89 mg;		
czwartek 2024-01-11		
Dieta: POŁOŻNICZY PODSTAWOWA C1		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), papryka świeża 50g., twarożek ze szczypiorkiem 60g(2), schab na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z makaronem orzo, brokulem, jajakiem i szpinakiem baby 100g* ,	Pieczarkowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Pieczeń wieprzowa z łopatki 90g, salátka z buraków 120g (3,11,13), Kasza gryczana 200 g, Kompot z owoców mroż. 250g*, śliwki 150g, Sos pieczeniowy 100g (1),	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 rukoli, rzodkiewki z nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 3181.94 kcal; Białko ogółem: 128.03 g; Tłuszcz: 124.50 g; Węglowodany ogółem: 424.58 g; Magnez: 569.60 mg; Sód: 4948.74 mg; Wapń: 1031.21 mg; Żelazo: 18.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.06 g; Błonnik pokarmowy: 41.01 g; Witamina C: 307.99 mg;		
czwartek 2024-01-11		
Dieta: POŁOŻNICZY LEKKOSTRAWNA C2		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), Twarożek z koperkiem 60g (2), schab na kartki 40g, Pomidor 50g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z makaronem orzo, brokulem, jajakiem i szpinakiem baby 100g* ,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, sos brokułowy 100ml(1,2), Kasza jęczmienna 200 g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, jabłko deserowe 1 szt,	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 rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2983.53 kcal; Białko ogółem: 125.38 g; Tłuszcz: 108.04 g; Węglowodany ogółem: 413.06 g; Magnez: 444.98 mg; Sód: 6197.80 mg; Wapń: 1066.95 mg; Żelazo: 17.79 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.81 g; Błonnik pokarmowy: 40.23 g; Witamina C: 325.03 mg;		
czwartek 2024-01-11		
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., twarożek ze szczypiorkiem 60g(2), schab na kartki 40g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z makaronem orzo, brokulem, jajakiem i szpinakiem baby 100g* ,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, kasza gryczana 200g(2), salátka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, sos brokułowy 100ml(1,2), śliwki 150g,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), filet pieczony z indyka 40g , Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z rukoli, rzodkiewki z nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2597.57 kcal; Białko ogółem: 125.02 g; Tłuszcz: 107.49 g; Węglowodany ogółem: 320.48 g; Magnez: 595.94 mg; Sód: 4980.33 mg; Wapń: 1030.14 mg; Żelazo: 19.13 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.15 g; Błonnik pokarmowy: 39.08 g; Witamina C: 351.09 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
piątek 2024-01-12		
Dieta: PODSTAWOWA 1		
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), ogórek zielony 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), dżem 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z morszczuka smaż.100g(1,3,4,13,8), Surówka z kapusty kisz 120g*, ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroz. 250g*, Pomarańcza 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330ml*, Salatką z roszonek, pomidorem i pestkami dynii 100g*, Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2909.21 kcal; Bialko ogółem: 112.08 g; Tłuszcz: 87.35 g; Węglowodany ogółem: 451.56 g; Magnez: 492.49 mg; Sód: 4295.07 mg; Wapń: 1048.50 mg; Żelazo: 13.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.02 g; Błonnik pokarmowy: 35.89 g; Witamina C: 241.61 mg;		
piątek 2024-01-12		
Dieta: ŁATWO STRAWNA 2		
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), dżem 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z morszczuka parowany 100g, Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki 250g(2) , Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Kompot z owoców mroz. 250g*, Pomarańcza 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330ml*, Salatką z roszonek, pomidorem i pestkami dynii 100g*, Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2675.00 kcal; Bialko ogółem: 111.07 g; Tłuszcz: 74.51 g; Węglowodany ogółem: 420.10 g; Magnez: 528.99 mg; Sód: 4741.71 mg; Wapń: 1111.61 mg; Żelazo: 15.55 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.06 g; Błonnik pokarmowy: 33.53 g; Witamina C: 314.86 mg;		
piątek 2024-01-12		
Dieta: Z OGR. TŁUSZCZU 3		
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), dżem 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z morszczuka parowany 100g, Szpinak gotowany 120g(2), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroz. 250g*, Pomarańcza 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330ml*, Salatką z roszonek, pomidorem i pestkami dynii 100g*, Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2675.00 kcal; Bialko ogółem: 111.07 g; Tłuszcz: 74.51 g; Węglowodany ogółem: 420.10 g; Magnez: 528.99 mg; Sód: 4741.71 mg; Wapń: 1111.61 mg; Żelazo: 15.55 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.06 g; Błonnik pokarmowy: 33.53 g; Witamina C: 314.86 mg;		
piątek 2024-01-12		
Dieta: Z OGRAN. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6		
chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), ogórek zielony 50g, kakao b/c 250ml (1,2), twaróg krajanka 40g (2), Polędwica sopocka 40g (8), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salatką z kaszą gryczaną,rukolą i soczewicą 100g*,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2) , filet z morszczuka parowany 100g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroz.b/c 250ml*, Pomarańcza 120g,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny b/c 330ml*, Salatką z roszonek, pomidorem i pestkami dynii 100g*, Posilek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2153.97 kcal; Bialko ogółem: 104.65 g; Tłuszcz: 71.52 g; Węglowodany ogółem: 308.72 g; Magnez: 489.29 mg; Sód: 5076.54 mg; Wapń: 580.73 mg; Żelazo: 14.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.06 g; Błonnik pokarmowy: 36.86 g; Witamina C: 267.36 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
piątek 2024-01-12		
Dieta: PAKOWATA 12		
Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, kakao 250ml(1,2), Sucharki 40g (1),	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), brokuly z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), brokuly z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Napój roślinny 330ml*, Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 1916.11 kcal; Białko ogółem: 120.80 g; Tłuszcz: 71.93 g; Węglowodany ogółem: 213.54 g; Magnez: 368.39 mg; Sód: 3727.70 mg; Wapń: 967.83 mg; Żelazo: 12.01 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.37 g; Błonnik pokarmowy: 19.70 g; Witamina C: 248.42 mg;		
piątek 2024-01-12		
Dieta: PŁYNNA WZMOCNIONA 14		
Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, kakao 250ml(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Napój roślinny 330ml*, brokuly z wody 120 g, Herbata z cukrem 250ml*, Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 1756.11 kcal; Białko ogółem: 115.20 g; Tłuszcz: 69.13 g; Węglowodany ogółem: 185.94 g; Magnez: 361.19 mg; Sód: 3566.90 mg; Wapń: 961.83 mg; Żelazo: 11.57 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.92 g; Błonnik pokarmowy: 18.26 g; Witamina C: 248.42 mg;		
piątek 2024-01-12		
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), ogórek zielony 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Polędwica sopocka 40g (8), chleb żytni 1 kromka 35g (1), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z kaszą gryczaną,rukolą i soczewicą 100g*,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z morszczuka smaż.100g(1,3,4,13,8), Surówka z kapusty kisz 120g*, ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g*, Pomarańcza 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330ml*, Salátka z roszponką, pomidorem i pestkami dynii 100g*, Posilek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 3150.43 kcal; Białko ogółem: 130.09 g; Tłuszcz: 101.28 g; Węglowodany ogółem: 469.23 g; Magnez: 566.04 mg; Sód: 5500.20 mg; Wapń: 1089.65 mg; Żelazo: 17.67 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.87 g; Błonnik pokarmowy: 42.66 g; Witamina C: 293.86 mg;		
piątek 2024-01-12		
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 sopocka 40g (8), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z kaszą jęczmienną,pomidorem,rukolą i jajkiem 100g*,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z morszczuka parowany 100g, Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki 250g(2) , Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Pomarańcza 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330ml*, Salátka z roszponką, pomidorem i pestkami dynii 100g*, Posilek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2792.72 kcal; Białko ogółem: 120.71 g; Tłuszcz: 87.38 g; Węglowodany ogółem: 415.40 g; Magnez: 563.50 mg; Sód: 5950.45 mg; Wapń: 1141.20 mg; Żelazo: 17.50 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.75 g; Błonnik pokarmowy: 37.64 g; Witamina C: 377.71 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-01-12		
Dieta: POŁOŻNICZY Z OGR. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW C3		
chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), ogórek zielony 50g, kakao b/c 250ml (1,2), twaróg krajanka 40g (2), Połędwica sopocka 40g (8), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z kaszą gryczaną,rukolą i soczewicą 100g*	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2) , filet z morszczuka parowany 100g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Pomarańcza 120g,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny b/c 330ml*, Salátka z roszoneką, pomidorem i pestkami dynii 100g*, Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2153.97 kcal; Białko ogółem: 104.65 g; Tłuszcz: 71.52 g; Węglowodany ogółem: 308.72 g; Magnez: 489.29 mg; Sód: 5076.54 mg; Wapń: 580.73 mg; Żelazo: 14.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.06 g; Błonnik pokarmowy: 36.86 g; Witamina C: 267.36 mg;		
sobota 2024-01-13		
Dieta: PODSTAWOWA 1		
Herbata 250g, Masło 10g (2), pasta z sera topionego i wędliny 60g, szynka na kartki 40g (1,2,11,13), rzodkiewka 50g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), wątróbka drobiowa smażona 80g z cebulką 40g (1), surówka z ogórka konserwowego 120g , Kompot z owoców mroż. 250g*, Banan 1 szt, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata 250g, Masło 10g (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), 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 : 2926.80 kcal; Białko ogółem: 105.32 g; Tłuszcz: 96.81 g; Węglowodany ogółem: 443.42 g; Magnez: 457.30 mg; Sód: 3455.26 mg; Wapń: 1009.84 mg; Żelazo: 22.90 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.88 g; Błonnik pokarmowy: 35.04 g; Witamina C: 315.38 mg;		
sobota 2024-01-13		
Dieta: ŁATWO STRAWNA 2		
Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), Herbata 250g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Pomidor 50g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), wątróbka drobiowa gotowana 80g, ziemniaki 250g(2) , bukiet warzyw królewski 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Banan 1 szt, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata 250g, Masło 10g (2), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2672.78 kcal; Białko ogółem: 110.29 g; Tłuszcz: 76.79 g; Węglowodany ogółem: 414.71 g; Magnez: 431.08 mg; Sód: 3898.69 mg; Wapń: 891.24 mg; Żelazo: 22.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.78 g; Błonnik pokarmowy: 32.30 g; Witamina C: 263.22 mg;		
sobota 2024-01-13		
Dieta: Z OGR. TŁUSZCZU 3		
Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), Herbata 250g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Pomidor 50g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), wątróbka drobiowa gotowana 80g, ziemniaki 250g(2) , bukiet warzyw królewski 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Banan 1 szt, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata 250g, Masło 10g (2), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), 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 : 2672.78 kcal; Białko ogółem: 110.29 g; Tłuszcz: 76.79 g; Węglowodany ogółem: 414.71 g; Magnez: 431.08 mg; Sód: 3898.69 mg; Wapń: 891.24 mg; Żelazo: 22.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.78 g; Błonnik pokarmowy: 32.30 g; Witamina C: 263.22 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-01-13		
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 wiejski 60g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka 50g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), wątróbka drobiowa gotowana 80g, ziemniaki 250g(2) , surówka z ogórka konserwowego 120g , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, kiwi 1szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Masło 10g (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), Herbata b/c 250ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z papryki,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2394.94 kcal; Białko ogółem: 114.75 g; Tłuszcz: 85.82 g; Węglowodany ogółem: 327.08 g; Magnez: 439.20 mg; Sód: 4787.64 mg; Wapń: 876.26 mg; Żelazo: 24.41 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.44 g; Błonnik pokarmowy: 35.42 g; Witamina C: 385.73 mg;		
sobota 2024-01-13		
Dieta: PĄPKOWATA 12		
Herbata z cukrem 250ml* , kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, bulka wroclawska 100g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g* , Kompot z owoców mroż. 250g* , bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata z cukrem 250ml* , Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g* , bukiet warzyw królewski 120g, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml* ,
Wartości odżywcze: Energia : 1971.00 kcal; Białko ogółem: 116.10 g; Tłuszcz: 68.66 g; Węglowodany ogółem: 249.18 g; Magnez: 328.71 mg; Sód: 1989.48 mg; Wapń: 882.73 mg; Żelazo: 11.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.60 g; Błonnik pokarmowy: 21.55 g; Witamina C: 212.33 mg;		
sobota 2024-01-13		
Dieta: PŁYNNA WZMOCNIONA 14		
Herbata z cukrem 250ml* , kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g* , Mięso mielone drobiowe 90g* , bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata z cukrem 250ml* , Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g* , Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), bukiet warzyw królewski 120g, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml* ,
Wartości odżywcze: Energia : 1677.00 kcal; Białko ogółem: 105.60 g; Tłuszcz: 64.26 g; Węglowodany ogółem: 192.58 g; Magnez: 310.71 mg; Sód: 1587.48 mg; Wapń: 867.73 mg; Żelazo: 10.06 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.49 g; Błonnik pokarmowy: 19.75 g; Witamina C: 212.33 mg;		
sobota 2024-01-13		
Dieta: POŁOŻNICZY PODSTAWOWA C1		
Herbata 250g, Masło 10g (2), pasta z sera topionego i wędliny 60g, szynka na kartki 40g (1,2,11,13), rzodkiewka 50g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), wątróbka drobiowa smażona 80g z cebulką 40g (1), surówka z ogórka konserwowego 120g , Kompot z owoców mroż. 250g* , Banan 1 szt, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata 250g, Masło 10g (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z papryki,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml* ,
Wartości odżywcze: Energia : 3149.40 kcal; Białko ogółem: 113.91 g; Tłuszcz: 108.93 g; Węglowodany ogółem: 468.14 g; Magnez: 501.00 mg; Sód: 4486.31 mg; Wapń: 1053.18 mg; Żelazo: 25.08 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.64 g; Błonnik pokarmowy: 39.93 g; Witamina C: 388.97 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-01-13		
Dieta: POŁOŻNICZY LEKKOSTRAWNA C2		
Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), Herbata 250g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Pomidor 50g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), wątróbka drobiowa gotowana 80g, ziemniaki 250g(2) , bukiet warzyw królewski 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Banan 1 szt, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata 250g, Masło 10g (2), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2895.38 kcal; Białko ogółem: 118.87 g; Tłuszcz: 88.91 g; Węglowodany ogółem: 439.43 g; Magnez: 474.78 mg; Sód: 4929.74 mg; Wapń: 934.58 mg; Żelazo: 24.35 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.53 g; Błonnik pokarmowy: 37.19 g; Witamina C: 336.81 mg;		
sobota 2024-01-13		
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 wiejski 60g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka 50g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), wątróbka drobiowa gotowana 80g, ziemniaki 250g(2) , surówka z ogórka konserwowego 120g , Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, kiwi 1szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Masło 10g (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), Herbata b/c 250ml*, 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 : 2394.94 kcal; Białko ogółem: 114.75 g; Tłuszcz: 85.82 g; Węglowodany ogółem: 327.08 g; Magnez: 439.20 mg; Sód: 4787.64 mg; Wapń: 876.26 mg; Żelazo: 24.41 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.44 g; Błonnik pokarmowy: 35.42 g; Witamina C: 385.73 mg;		
niedziela 2024-01-14		
Dieta: PODSTAWOWA 1		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), Ser żółty 40g (2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Pomidor 50g, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g(2) , fasolka szparagowa z bulką tartą 120g(1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, grejfrut 1 szt,	Masło 10g (2), Herbata z cukrem 250ml*, schab na kartki 40g, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Salátka z rukoli, rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2986.03 kcal; Białko ogółem: 150.23 g; Tłuszcz: 112.11 g; Węglowodany ogółem: 380.48 g; Magnez: 503.31 mg; Sód: 4656.55 mg; Wapń: 1194.13 mg; Żelazo: 16.11 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.84 g; Błonnik pokarmowy: 38.47 g; Witamina C: 301.53 mg;		
niedziela 2024-01-14		
Dieta: ŁATWO STRAWNA 2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), serek homo waniliowy 60g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Pomidor 50g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g(2) , Udko gotowane 1szt 200g, grejfrut 1 szt,	schab na kartki 40g, Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Salátka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 34360.72 kcal; Białko ogółem: 968.71 g; Tłuszcz: 373.58 g; Węglowodany ogółem: 7095.76 g; Magnez: 3367.16 mg; Sód: 56611.26 mg; Wapń: 2833.17 mg; Żelazo: 149.41 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 141.24 g; Błonnik pokarmowy: 509.13 g; Witamina C: 288.40 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
niedziela 2024-01-14		
Dieta: Z OGR. TŁUSZCZU 3		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), serek homo waniliowy 60g, Polędwica sopocka 40g (8), Pomidor 50g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g(2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Udko gotowane 1szt 200g, grejfrut 1 szt,	schab na kartki 40g, Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Salatką z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 34037.92 kcal; Białko ogółem: 956.47 g; Tłuszcz: 342.50 g; Węglowodany ogółem: 7096.04 g; Magnez: 3343.16 mg; Sód: 55960.14 mg; Wapń: 2818.77 mg; Żelazo: 147.49 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 129.89 g; Błonnik pokarmowy: 509.13 g; Witamina C: 288.40 mg;		
niedziela 2024-01-14		
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 70g (1), Ser żółty 40g (2), Pomidor 50g, Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salatką z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tunczyka 100g*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g(2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, grejfrut 1 szt,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 10g (2), schab na kartki 40g, Herbata b/c 250ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salatką z rukoli, rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,
Wartości odżywcze: Energia : 2658.70 kcal; Białko ogółem: 149.04 g; Tłuszcz: 123.44 g; Węglowodany ogółem: 274.92 g; Magnez: 501.45 mg; Sód: 4999.52 mg; Wapń: 1174.14 mg; Żelazo: 15.92 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.71 g; Błonnik pokarmowy: 35.32 g; Witamina C: 317.49 mg;		
niedziela 2024-01-14		
Dieta: PĄPKOWATA 12		
Herbata 250g, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml*, Sucharki 40g (1),	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata 250g, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), 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 : 1669.18 kcal; Białko ogółem: 110.64 g; Tłuszcz: 56.83 g; Węglowodany ogółem: 195.35 g; Magnez: 268.88 mg; Sód: 1949.16 mg; Wapń: 768.16 mg; Żelazo: 9.27 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.64 g; Błonnik pokarmowy: 19.50 g; Witamina C: 102.36 mg;		
niedziela 2024-01-14		
Dieta: PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ 14		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml, jajo, masło 350ml,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 1468.18 kcal; Białko ogółem: 102.64 g; Tłuszcz: 53.13 g; Węglowodany ogółem: 160.05 g; Magnez: 239.91 mg; Sód: 1625.90 mg; Wapń: 757.01 mg; Żelazo: 7.98 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.00 g; Błonnik pokarmowy: 16.08 g; Witamina C: 102.36 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-01-14		
Dieta: POŁOŻNICZY PODSTAWOWA C1		
<p>Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), Ser żółty 40g (2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Pomidor 50g, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tunczyka 100g*,</p>	<p>Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g(2) , fasolka szparagowa z bulka tartą 120g(1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, grejfrut 1 szt,</p>	<p>Masło 10g (2), Herbata z cukrem 250ml*, schab na kartki 40g, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Salátka z rukoli, rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus- owsianka 100g,</p>
<p>Wartości odżywcze: Energia : 3221.45 kcal; Białko ogółem: 162.29 g; Tłuszcz: 125.62 g; Węglowodany ogółem: 401.52 g; Magnez: 554.16 mg; Sód: 5648.70 mg; Wapń: 1238.18 mg; Żelazo: 18.72 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.94 g; Błonnik pokarmowy: 43.08 g; Witamina C: 371.96 mg;</p>		
niedziela 2024-01-14		
Dieta: POŁOŻNICZY LEKKOSTRAWNA C2		
<p>Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), serek homo waniliowy 60g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Pomidor 50g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tunczyka 100g*,</p>	<p>Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g(2) , Udko gotowane 1szt 200g, grejfrut 1 szt,</p>	<p>schab na kartki 40g, Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Salátka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus- owsianka 100g,</p>
<p>Wartości odżywcze: Energia : 34596.14 kcal; Białko ogółem: 980.77 g; Tłuszcz: 387.09 g; Węglowodany ogółem: 7116.80 g; Magnez: 3418.01 mg; Sód: 57603.41 mg; Wapń: 2877.22 mg; Żelazo: 152.02 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 143.34 g; Błonnik pokarmowy: 513.74 g; Witamina C: 358.83 mg;</p>		
niedziela 2024-01-14		
Dieta: POŁOŻNICZY Z OGR. ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW C3		
<p>kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Ser żółty 40g (2), Pomidor 50g, Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tunczyka 100g*,</p>	<p>Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, grejfrut 1 szt,</p>	<p>chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 10g (2), schab na kartki 40g, Herbata b/c 250ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z rukoli, rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus- owsianka 100g,</p>
<p>Wartości odżywcze: Energia : 2658.70 kcal; Białko ogółem: 149.04 g; Tłuszcz: 123.44 g; Węglowodany ogółem: 274.92 g; Magnez: 501.45 mg; Sód: 4999.52 mg; Wapń: 1174.14 mg; Żelazo: 15.92 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.71 g; Błonnik pokarmowy: 35.32 g; Witamina C: 317.49 mg;</p>		