

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-02-26		Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (<i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2) (<i>MLE</i>), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Masło 10g(2), schab na kartki 40g, serek wiejski 60g (2), pomidor 100g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Polędwica sopocka 40g (8), Napój roślinny 330ml*, Salátka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2424.35 kcal; Białko ogółem: 90.25 g; Tłuszcz: 76.15 g; Węglowodany ogółem: 340.43 g; Sól: 7.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.29 g; suma cukrów prostych: 122.36 g; Błonnik pokarmowy: 26.17 g;

poniedziałek 2024-02-26		Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) (<i>MLE</i>), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (<i>GLU</i>), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (<i>GLU</i>), Masło 10g(2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), ogórek zielony 50g,	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*, bukiet warzyw królewski 120g, gruszka 1 szt.,	Herbata b/c 250g, Masło 10g(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (<i>GLU</i>), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (<i>GLU</i>), Polędwica sopocka 40g (8), Napój roślinny b/c 330ml*, Salátka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., salátka z kaszą kuskus, soczewicą i roszponką 100g (1,8),		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2068.34 kcal; Białko ogółem: 75.49 g; Tłuszcz: 73.67 g; Węglowodany ogółem: 277.42 g; Sól: 8.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.67 g; suma cukrów prostych: 85.09 g; Błonnik pokarmowy: 32.00 g;

poniedziałek 2024-02-26		Jadłospis dla diety: Papkowata 12
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2) (<i>MLE</i>), Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (<i>MLE</i>), Sucharki 40g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), brokuły z wody 120g, Napój roślinny 330ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2181.80 kcal; Białko ogółem: 121.55 g; Tłuszcz: 92.23 g; Węglowodany ogółem: 223.33 g; Sól: 2.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.73 g; suma cukrów prostych: 77.50 g; Błonnik pokarmowy: 22.35 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-02-26		
Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (<i>MLE</i>), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), 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) (<i>MLE</i>), chleb żytni 1 kromka 35g (1) (<i>GLU</i>),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Łazanki z kapustą kisz. i mięsem.300g*(1,3,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gruszka 1 szt., bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g(2), Polędwica sopočka 40g (8), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Napój roślinny 330ml*, Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2523.85 kcal; Białko ogółem: 105.55 g; Tłuszcz: 84.02 g; Węglowodany ogółem: 333.68 g; Sól: 8.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.34 g; suma cukrów prostych: 102.74 g; Błonnik pokarmowy: 30.13 g;

poniedziałek 2024-02-26		
Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (<i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2) (<i>MLE</i>), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Masło 10g(2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), pomidor 100g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Polędwica sopočka 40g (8), Napój roślinny 330ml*, Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2423.55 kcal; Białko ogółem: 90.25 g; Tłuszcz: 76.07 g; Węglowodany ogółem: 340.39 g; Sól: 7.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.33 g; suma cukrów prostych: 122.36 g; Błonnik pokarmowy: 26.17 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-02-26	Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3	
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) (MLE), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (GLU), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (GLU), Masło 10g(2) , szynka na kartki 40g (1,2,11,13) , serek wiejski 60g (2) , ogórek zielony 50g ,	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* , bukiet warzyw królewski 120g , gruszka 1 szt. ,	Herbata b/c 250g , Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (GLU), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (GLU), Połudwica sopocka 40g (8) , Napój roślinny b/c 330ml* , Salátka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , salátka z kaszą kuskus, soczewicą i roszponką 100g (1,8) ,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2068.34 kcal; Białko ogółem: 75.49 g; Tłuszcz: 73.67 g;
 Węglowodany ogółem: 277.42 g; Sól: 8.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.67 g; suma cukrów prostych:
 85.09 g; Błonnik pokarmowy: 32.00 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-02-26		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2) (<i>MLE</i>), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (<i>MLE</i>),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Mięso mielone drobiowe 90g* , brokuly z wody 120 g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , Herbata z cukrem 250ml* , Napój roślinny 330ml* , brokuly z wody 120 g ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2021.80 kcal; Białko ogółem: 115.95 g; Tłuszcz: 89.43 g; Węglowodany ogółem: 195.73 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.41 g; suma cukrów prostych: 76.10 g; Błonnik pokarmowy: 20.91 g;

poniedziałek 2024-02-26		Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (<i>MLE</i>), kajzerka 1szt,chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), 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) (<i>MLE</i>), chleb żytni 1 kromka 35g (1) (<i>GLU</i>),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13) , Łazanki z kapustą kisz. i mięsem.300g*(1,3,13) , bukiet warzyw królewski 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml* , gruszka 1 szt. ,	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , Połudwica sopočka 40g (8) , kajzerka 1szt,chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Napój roślinny 330ml* , Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus, soczewicą i roszponką 100g (1,8) ,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2708.04 kcal; Białko ogółem: 109.00 g; Tłuszcz: 95.58 g; Węglowodany ogółem: 345.25 g; Sól: 12.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.15 g; suma cukrów prostych: 113.64 g; Błonnik pokarmowy: 31.93 g;

poniedziałek 2024-02-26		Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (<i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2) (<i>MLE</i>), kajzerka 1szt,chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Masło 10g(2) , szynka na kartki 40g (1,2,11,13) , serek wiejski 60g (2) , pomidor 100g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13) , Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , bukiet warzyw królewski 120g , Banan 1 szt ,	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 1szt,chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Połudwica sopočka 40g (8) , Napój roślinny 330ml* , Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4) ,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2645.54 kcal; Białko ogółem: 99.12 g; Tłuszcz: 89.43 g; Węglowodany ogółem: 351.96 g; Sól: 10.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.41 g; suma cukrów prostych: 133.26 g; Błonnik pokarmowy: 27.97 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Ryż na mleku 350 ml*(2) (MLE), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 10g(2), rzodkiewka 50g, filet pieczony z indyka 40g, Ser żółty 40g (2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1) (GLU),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kotlet schabowy 90g(1,3,13) (MLE), ziemniaki 250g(2) (MLE), Surówka z pora i jabłka 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z papryki,roszponki z nasionami i słonecznika 100g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2877.54 kcal; Białko ogółem: 117.39 g; Tłuszcz: 104.86 g; Węglowodany ogółem: 371.38 g; Sól: 8.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.29 g; suma cukrów prostych: 91.54 g; Błonnik pokarmowy: 33.82 g;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 10g(2), filet pieczony z indyka 40g, Ryż na mleku 350 ml*(2) (MLE), twaróg krajanka 40g (2), Pomidor 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g(2) (MLE), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Bulka kajzerka 50g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2482.65 kcal; Białko ogółem: 113.80 g; Tłuszcz: 69.62 g; Węglowodany ogółem: 347.83 g; Sól: 7.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.96 g; suma cukrów prostych: 81.81 g; Błonnik pokarmowy: 27.63 g;

wtorek 2024-02-27 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Ryż na mleku 350 ml*(2) (MLE), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), 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) (MLE), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Bulka kajzerka 50g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2482.65 kcal; Białko ogółem: 113.80 g; Tłuszcz: 69.62 g; Węglowodany ogółem: 347.83 g; Sól: 7.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.96 g; suma cukrów prostych: 81.81 g; Błonnik pokarmowy: 27.63 g;

wtorek 2024-02-27	Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6	
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) (MLE), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (GLU), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (GLU), Masło 10g(2), rzodkiewka 50g, filet pieczony z indyka 40g, Ser żółty 40g (2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g(2) (MLE), Surówka z pora i jabłka 120g*, Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata b/c 250g, Masło 10g(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (GLU), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (GLU), pasta jajeczna ze szczypior. 60g(3,13,11), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z papryki, roszponki z nasionami i słonecznika 100g*,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka makaronowa z jajkiem, kalafiolem, rzodkiewką, papryką czerwoną, szpinakiem baby 100g* (1,3),		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2579.61 kcal; Białko ogółem: 119.29 g; Tłuszcz: 100.04 g; Węglowodany ogółem: 310.97 g; Sól: 9.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.53 g; suma cukrów prostych: 83.47 g; Błonnik pokarmowy: 37.42 g;

wtorek 2024-02-27	Jadłospis dla diety: Papkowata 12	
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml (MLE), bułka 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. 250ml*,	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),
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1959.73 kcal; Białko ogółem: 113.86 g; Tłuszcz: 73.16 g; Węglowodany ogółem: 220.42 g; Sól: 3.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.86 g; suma cukrów prostych: 75.37 g; Błonnik pokarmowy: 23.32 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-02-27	Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2	
Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 10g(2) , filet pieczony z indyka 40g , Ryż na mleku 350 ml*(2) (MLE), twaróg krajanka 40g (2) , Pomidor 50g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13) , schab gotowany 90g , ziemniaki 250g(2) (MLE), Szpinak gotowany 120g(2) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Sos pietruszkowy 100g (1,2) , jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13) , Bulka kajzerka 50g (1) , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Salátka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z kalafiolem, jajkiem, szpinakiem baby 100g* (1,3) ,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2731.34 kcal; Białko ogółem: 123.51 g; Tłuszcz: 86.01 g; Węglowodany ogółem: 358.19 g; Sól: 10.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.26 g; suma cukrów prostych: 91.47 g; Błonnik pokarmowy: 29.21 g;

wtorek 2024-02-27	Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3	
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) (MLE), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (GLU), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (GLU), Masło 10g(2) , rzodkiewka 50g , filet pieczony z indyka 40g , Ser żółty 40g (2) ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13) , schab gotowany 90g , ziemniaki 250g(2) (MLE), Surówka z pora i jabłka 120g* , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* , Sos pietruszkowy 100g (1,2) , jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata b/c 250g , Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (GLU), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (GLU), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11) , Jogurt naturalny 150g , Salátka z papryki,roszponki z nasionami i słonecznika 100g* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z jajkiem, kalafiolem, rzodkiewką, papryką czerwoną, szpinakiem baby 100g* (1,3) ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2578.61 kcal; Białko ogółem: 119.89 g; Tłuszcz: 100.54 g; Węglowodany ogółem: 308.97 g; Sól: 9.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.84 g; suma cukrów prostych: 82.17 g; Błonnik pokarmowy: 37.12 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-02-27		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Herbata z cukrem 250ml* , Ryż na ml, jajo, masło 350ml (<i>MLE</i>),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , 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 owocowy 100g 1szt. (2) , Herbata z cukrem 250ml* ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* , sucharki 15g* (1) ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1665.73 kcal; Białko ogółem: 105.86 g; Tłuszcz: 68.76 g; Węglowodany ogółem: 163.82 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.75 g; suma cukrów prostych: 73.47 g; Błonnik pokarmowy: 21.52 g;

wtorek 2024-02-27		Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1
Ryż na mleku 350 ml*(2) (<i>MLE</i>), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Masło 10g(2) , rzodkiewka 50g , filet pieczony z indyka 40g , Ser żółty 40g (2) , Herbata z cukrem 250ml* , chleb żytni 1 kromka 35g (1) (<i>GLU</i>),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13) , Kotlet schabowy 90g(1,3,13) (<i>MLE</i>), ziemniaki 250g(2) (<i>MLE</i>), Surówka z pora i jabłka 120g* , Kompot z owoców mroż. 250ml* , jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11) , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Salátka z papryki, roszponki z nasionami i słonecznika 100g* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z jajkiem, kalafiolem, rzodkiewką, papryką czerwoną, szpinakiem baby 100g* (1,3) ,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3141.04 kcal; Białko ogółem: 128.00 g; Tłuszcz: 121.43 g; Węglowodany ogółem: 384.84 g; Sól: 11.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.62 g; suma cukrów prostych: 102.90 g; Błonnik pokarmowy: 36.74 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-02-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
kasza manna na mleku 350g (1,2) (MLE), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2) (MLE), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 10g(2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), ser topiony 1szt. 17g (2), Pomidor 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1) (GLU),	Fasolowa z ziemniakami 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynka 2 szt., Knedle z truskawkami 350g (1), surówka z marchwi z ananase 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), połówka wiśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2), Sałatka z salaty, ogórka zielonego i pestkami dyni 100g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2998.16 kcal; Białko ogółem: 104.46 g; Tłuszcz: 84.88 g; Węglowodany ogółem: 462.09 g; Sól: 7.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.55 g; suma cukrów prostych: 118.62 g; Błonnik pokarmowy: 37.38 g;

środa 2024-02-28 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
kasza manna na mleku 350g (1,2) (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2) (MLE), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), 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. 250ml*, Knedle z truskawkami 350g (1), mandarynka 2 szt., brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), połówka wiśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2659.74 kcal; Białko ogółem: 88.99 g; Tłuszcz: 80.24 g; Węglowodany ogółem: 398.55 g; Sól: 7.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.34 g; suma cukrów prostych: 102.37 g; Błonnik pokarmowy: 28.04 g;

środa 2024-02-28 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
kasza manna na mleku 350g (1,2) (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2) (MLE), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), 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), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynka 2 szt., brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), połówka wiśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2659.74 kcal; Białko ogółem: 88.99 g; Tłuszcz: 80.24 g; Węglowodany ogółem: 398.55 g; Sól: 7.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.34 g; suma cukrów prostych: 102.37 g; Błonnik pokarmowy: 28.04 g;

środa 2024-02-28	Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6
-------------------------	--

kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) (MLE), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (GLU), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (GLU), szynka farmerska 40g(1,2,11,13) , Pomidor 50g , Masło 10g(2) , serek homog. nat. 60g.(2) ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* , Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13) , mandarynka 2 szt. , ziemniaki 250g(2) (MLE), brokuły z wody 120 g ,	Herbata b/c 250g , Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (GLU), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (GLU), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , Salatką z salaty,ogórka zielonego i pestkami dyni 100g* ,
--	--	--

II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salatką z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g* ,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g* , Woda mineralna 500ml* ,
---	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2105.91 kcal; Białko ogółem: 76.07 g; Tłuszcz: 72.70 g; Węglowodany ogółem: 293.87 g; Sól: 8.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.63 g; suma cukrów prostych: 60.63 g; Błonnik pokarmowy: 32.06 g;

środa 2024-02-28	Jadłospis dla diety: Papkowata 12
-------------------------	--

Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2) (MLE), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml* (MLE), Sucharki 40g (1) ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , Kompot z owoców mroż. 250ml* , brokuły z wody 120 g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , Herbata z cukrem 250ml* , jogurt naturalny 150g(2) , bukiet warzyw królewski 120g ,
---	---	---

		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1928.20 kcal; Białko ogółem: 107.21 g; Tłuszcz: 83.08 g; Węglowodany ogółem: 194.92 g; Sól: 2.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.80 g; suma cukrów prostych: 78.48 g; Błonnik pokarmowy: 20.19 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-02-28		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2) (<i>MLE</i>), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml* (<i>MLE</i>),	Mięso mielone drobiowe 90g* , Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , brokuły z wody 120 g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , bukiet warzyw królewski 120g , jogurt naturalny 150g(2) , Herbata z cukrem 250ml* ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1768.20 kcal; Białko ogółem: 101.61 g; Tłuszcz: 80.28 g; Węglowodany ogółem: 167.32 g; Sól: 2.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.48 g; suma cukrów prostych: 77.08 g; Błonnik pokarmowy: 18.75 g;

środa 2024-02-28		Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1
kasza manna na mleku 350g (1,2) (<i>MLE</i>), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2) (<i>MLE</i>), kajzerka 1 szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Masło 10g(2) , szynka farmerska 40g(1,2,11,13) , ser topiony 1szt. 17g (2) , Pomidor 50g , chleb żytni 1 kromka 35g (1) (<i>GLU</i>),	Fasolowa z ziemniakami 350ml* (1,2,8,13) , Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , mandarynka 2 szt. , surówka z marchwi z ananase 120g , ziemniaki 250g(2) (<i>MLE</i>),	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 1 szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , jogurt naturalny 150g(2) , Salátka z sałaty, ogórka zielonego i pestkami dyni 100g* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g* ,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2996.22 kcal; Białko ogółem: 116.30 g; Tłuszcz: 88.97 g; Węglowodany ogółem: 433.93 g; Sól: 11.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.52 g; suma cukrów prostych: 114.48 g; Błonnik pokarmowy: 38.48 g;

środa 2024-02-28		Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2
kasza manna na mleku 350g (1,2) (<i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2) (<i>MLE</i>), kajzerka 1 szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), 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. 250ml* , Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13) , mandarynka 2 szt. , brokuły z wody 120 g , ziemniaki 250g(2) (<i>MLE</i>),	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 1 szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , jogurt naturalny 150g(2) , Salátka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g* ,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2657.81 kcal; Białko ogółem: 100.84 g; Tłuszcz: 84.34 g; Węglowodany ogółem: 370.40 g; Sól: 10.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.31 g; suma cukrów prostych: 98.23 g; Błonnik pokarmowy: 29.15 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-02-28	Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3	
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) (MLE), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (GLU), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (GLU), szynka farmerska 40g(1,2,11,13) , Pomidor 50g , Masło 10g(2) , serek homog. nat. 60g.(2) ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13) , Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13) , ziemniaki 250g(2) (MLE), mandarynka 2 szt. , brokuły z wody 120 g , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* ,	Herbata b/c 250g , Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (GLU), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (GLU), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , Sałatka z sałaty,ogórka zielonego i pestkami dyni 100g* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g* ,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2105.91 kcal; Białko ogółem: 76.07 g; Tłuszcz: 72.70 g;

Węglowodany ogółem: 293.87 g; Sól: 8.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.63 g; suma cukrów prostych:

60.63 g; Błonnik pokarmowy: 32.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-02-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) (MLE), Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 10g(2) , papryka świeża 50g. , twarożek ze szczypiorkiem 60g(2) , schab na kartki 40g , chleb żytni 1 kromka 35g (1) (GLU),	Pieczarkowa z ziemniakami 350ml(1,2,13) , Bitka wieprzowa w sosie cebulowym 90g* , sałatka z buraków 120g (3,11,13) , kasza gryczana 200g(2) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , kiwi 1szt. ,	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), filet pieczony z indyka 40g , Sałatka z rukoli, rzodkiewki z nasionami słonecznika 100g* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2615.39 kcal; Białko ogółem: 126.57 g; Tłuszcz: 76.75 g; Węglowodany ogółem: 358.35 g; Sól: 6.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.32 g; suma cukrów prostych: 80.08 g; Błonnik pokarmowy: 31.24 g;

czwartek 2024-02-29 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) (MLE), Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 10g(2) , Twarożek z koperkiem 60g (2) (MLE), schab na kartki 40g , Pomidor 50g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13) (MLE), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g , Sos koperkowy 100g (1,2) , Kasza jęczmienna 200g*(1) , buraczki gotowane 120g (1,2) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , jabłko	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), filet pieczony z indyka 40g , Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2177.82 kcal; Białko ogółem: 107.44 g; Tłuszcz: 60.71 g; Węglowodany ogółem: 301.31 g; Sól: 6.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.93 g; suma cukrów prostych: 86.53 g; Błonnik pokarmowy: 25.40 g;

czwartek 2024-02-29 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) (MLE), Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 10g(2) , Twarożek z koperkiem 60g (2) (MLE), schab na kartki 40g , Pomidor 50g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13) (MLE), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g , Kasza jęczmienna 200g*(1) , Sos koperkowy 100g (1,2) , buraczki gotowane 120g (1,2) , Kompot z owoców mroż. 250ml* ,	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), filet pieczony z indyka 40g , Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2177.82 kcal; Białko ogółem: 107.44 g; Tłuszcz: 60.71 g; Węglowodany ogółem: 301.31 g; Sól: 6.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.93 g; suma cukrów prostych: 86.53 g; Błonnik pokarmowy: 25.40 g;

czwartek 2024-02-29	Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6
----------------------------	---

kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) (MLE), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (GLU), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (GLU), Masło 10g(2) , papryka świeża 50g. , twarożek ze szczypiorkiem 60g(2) , schab na kartki 40g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13) (MLE), 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 koperkowy 100g (1,2) , kiwi 1szt. ,	Herbata b/c 250g , Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (GLU), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (GLU), filet pieczony z indyka 40g , Sałatka z rukoli,rzodkiewki z nasionami słonecznika 100g* , Jogurt naturalny 150g ,
---	--	---

II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z makaronem orzo, brokulem, jajakiem i szpinakiem baby 100g* (1,3) ,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g* , Woda mineralna 500ml* ,
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2275.95 kcal; Białko ogółem: 115.78 g; Tłuszcz: 77.97 g; Węglowodany ogółem: 285.12 g; Sól: 7.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.47 g; suma cukrów prostych: 66.61 g; Błonnik pokarmowy: 31.92 g;

czwartek 2024-02-29	Jadłospis dla diety: Papkowata 12
----------------------------	--

Herbata z cukrem 250ml* , Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml (MLE), bułka wroclawska 100g (1) ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13) (MLE), Kompot z owoców mroż. 250ml* , Mięso mielone drobiowe 90g* , marchew gotowana 120g (1,2) ,	Herbata z cukrem 250ml* , Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13) (MLE), Mięso mielone drobiowe 90g* , marchew gotowana 120g (1,2) , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) ,
---	--	---

		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1805.59 kcal; Białko ogółem: 96.20 g; Tłuszcz: 66.53 g; Węglowodany ogółem: 214.65 g; Sól: 3.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.06 g; suma cukrów prostych: 64.37 g; Błonnik pokarmowy: 22.18 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-02-29		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Herbata z cukrem 250ml* , Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml (<i>MLE</i>),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13) (<i>MLE</i>), Mięso mielone drobiowe 90g* , marchew gotowana 120g (1,2) , Kompot z owoców mroż. 250ml* ,	Herbata z cukrem 250ml* , Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13) (<i>MLE</i>), Mięso mielone drobiowe 90g* , marchew gotowana 120g (1,2) , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1511.59 kcal; Białko ogółem: 88.20 g; Tłuszcz: 62.13 g; Węglowodany ogółem: 158.05 g; Sól: 2.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.95 g; suma cukrów prostych: 62.47 g; Błonnik pokarmowy: 20.38 g;

czwartek 2024-02-29		Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Masło 10g(2) , papryka świeża 50g. , twaróg ze szczypiorkiem 60g(2) , schab na kartki 40g , chleb żytni 1 kromka 35g (1) (<i>GLU</i>),	Piecarkowa z ziemniakami 350ml(1,2,13) , Bitka wieprzowa w sosie cebulowym 90g* , sałatka z buraków 120g (3,11,13) , kasza gryczana 200g(2) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , kiwi 1szt. ,	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), filet pieczony z indyka 40g , Sałatka z rukoli, rzodkiewki z nasionami słonecznika 100g* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z makaronem orzo, brokulem, jajakiem i szpinakiem baby 100g* (1,3) ,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2878.58 kcal; Białko ogółem: 137.63 g; Tłuszcz: 93.34 g; Węglowodany ogółem: 371.05 g; Sól: 10.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.63 g; suma cukrów prostych: 90.79 g; Błonnik pokarmowy: 33.97 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-02-29		Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) (MLE), Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), Masło 10g(2) , Twarożek z koperkiem 60g (2) (MLE), schab na kartki 40g , Pomidor 50g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13) (MLE), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g , Sos koperkowy 100g (1,2) , Kasza jęczmienna 200g*(1) , buraczki gotowane 120g (1,2) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , jablko	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (GLU), filet pieczony z indyka 40g , Salatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salatka z makaronem orzo, brokulem, jajakiem i szpinakiem baby 100g* (1,3) ,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2441.01 kcal; Białko ogółem: 118.50 g; Tłuszcz: 77.30 g; Węglowodany ogółem: 314.01 g; Sól: 9.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.25 g; suma cukrów prostych: 97.24 g; Błonnik pokarmowy: 28.13 g;

czwartek 2024-02-29		Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) (MLE), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (GLU), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (GLU), Masło 10g(2) , papryka świeża 50g. , twarożek ze szczypiorkiem 60g(2) , schab na kartki 40g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13) (MLE), 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 koperkowy 100g (1,2) , kiwi 1szt. ,	Herbata b/c 250g , Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (GLU), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (GLU), filet pieczony z indyka 40g , Salatka z rukoli, rzodkiewki z nasionami słonecznika 100g* , Jogurt naturalny 150g ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salatka z makaronem orzo, brokulem, jajakiem i szpinakiem baby 100g* (1,3) ,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2275.95 kcal; Białko ogółem: 115.78 g; Tłuszcz: 77.97 g; Węglowodany ogółem: 285.12 g; Sól: 7.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.47 g; suma cukrów prostych: 66.61 g; Błonnik pokarmowy: 31.92 g;

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2634.01 kcal; Białko ogółem: 112.66 g; Tłuszcz: 80.33 g; Węglowodany ogółem: 371.19 g; Sól: 7.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.66 g; suma cukrów prostych: 117.69 g; Błonnik pokarmowy: 25.25 g;

piątek 2024-03-01	Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6
--------------------------	--

chleb żytni 3 kromki 90g (1) (GLU), Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (GLU), ogórek zielony 50g , kakao b/c 250ml (1,2) (MLE), twaróg krajanka 40g (2) , Polędwica sopocka 40g (8) ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13) , ziemniaki 250g(2) (MLE), filet z dorsza parowany 100g , Sos jarzynowy 100g* (1,2,13) (MLE), Surówka z kapusty kisz 120g* , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* ,	Herbata b/c 250g , Masło 10g(2) , chleb żytni 3 kromki 90g (1) (GLU), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (GLU), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , jogurt naturalny 150g(2) , Salátka z rosłonką, pomidorem i pestkami dynii 100g* ,
---	--	--

II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , salátka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4) ,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g* , Woda mineralna 500ml* ,
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2253.87 kcal; Białko ogółem: 112.22 g; Tłuszcz: 74.52 g; Węglowodany ogółem: 285.50 g; Sól: 9.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.81 g; suma cukrów prostych: 70.25 g; Błonnik pokarmowy: 30.41 g;

piątek 2024-03-01	Jadłospis dla diety: Papkowata 12
--------------------------	--

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2) (MLE), kakao 250ml(1,2) (MLE), Sucharki 40g (1) ,	Kompot z owoców mroż. 250ml* , Mięso mielone drobiowe 90g* , Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13) , brokuły z wody 120 g ,	Herbata z cukrem 250ml* , Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13) , brokuły z wody 120 g , Mięso mielone drobiowe 90g* , Jogurt naturalny 150g ,
--	---	--

		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1707.88 kcal; Białko ogółem: 108.75 g; Tłuszcz: 74.80 g; Węglowodany ogółem: 154.41 g; Sól: 2.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.48 g; suma cukrów prostych: 86.13 g; Błonnik pokarmowy: 15.82 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-01	Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3	
chleb żytni 3 kromki 90g (1) (GLU), Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (GLU), ogórek zielony 50g , kakao b/c 250ml (1,2) (MLE), twaróg krajanka 40g (2) , Polędwica sopocka 40g (8) ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13) , ziemniaki 250g(2) (MLE), filet z dorsza parowany 100g , Sos jarzynowy 100g* (1,2,13) (MLE), Surówka z kapusty kisz 120g* , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* ,	Herbata b/c 250g , Masło 10g(2) , chleb żytni 3 kromki 90g (1) (GLU), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (GLU), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , jogurt naturalny 150g(2) , Salátka z roszponką, pomidorem i pestkami dynii 100g* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , salátka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4) ,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2253.87 kcal; Białko ogółem: 112.22 g; Tłuszcz: 74.52 g;
 Węglowodany ogółem: 285.50 g; Sól: 9.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.81 g; suma cukrów prostych: 70.25 g; Błonnik pokarmowy: 30.41 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-01		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2) (<i>MLE</i>), kakao 250ml(1,2) (<i>MLE</i>),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , brokuły z wody 120 g , Kompot z owoców mroż. 250ml* ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , Jogurt naturalny 150g , brokuły z wody 120 g , Herbata z cukrem 250ml* ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1547.88 kcal; Białko ogółem: 103.15 g; Tłuszcz: 72.00 g; Węglowodany ogółem: 126.81 g; Sól: 1.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.16 g; suma cukrów prostych: 84.73 g; Błonnik pokarmowy: 14.38 g;

piątek 2024-03-01		Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2) (<i>MLE</i>), kakao 250ml(1,2) (<i>MLE</i>), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3) , Masło 10g(2) , twaróg krajanka 40g (2) , ogórek zielony 50g , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (<i>GLU</i>), Polędwica sopocka 40g (8) , chleb żytni 1 kromka 35g (1) (<i>GLU</i>),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13) , Filet z dorsza smażony 100g (1,13) , Surówka z kapusty kisz 120g* , ziemniaki 250g(2) (<i>MLE</i>), Kompot z owoców mroż. 250ml* , pomarańcza 1 szt ,	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , Jogurt naturalny 150g , Salátka z roszponką, pomidorem i pestkami dynii 100g* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , salátka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4) ,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3128.45 kcal; Białko ogółem: 140.14 g; Tłuszcz: 108.58 g; Węglowodany ogółem: 395.24 g; Sól: 12.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.25 g; suma cukrów prostych: 112.05 g; Błonnik pokarmowy: 30.80 g;

piątek 2024-03-01		Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2) (<i>MLE</i>), kakao 250ml(1,2) (<i>MLE</i>), 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) (<i>GLU</i>), Pomidor 50g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13) , filet z dorsza parowany 100g , Sos jarzynowy 100g* (1,2,13) (<i>MLE</i>), ziemniaki 250g(2) (<i>MLE</i>), salata zielona 10g , Kompot z owoców mroż. 250ml* , pomarańcza 1 szt ,	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , Jogurt naturalny 150g , Salátka z roszponką, pomidorem i pestkami dynii 100g* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , salátka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4) ,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2745.11 kcal; Białko ogółem: 128.90 g; Tłuszcz: 84.99 g; Węglowodany ogółem: 361.24 g; Sól: 10.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.66 g; suma cukrów prostych: 108.99 g; Błonnik pokarmowy: 25.53 g;

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2674.19 kcal; Białko ogółem: 116.05 g; Tłuszcz: 72.49 g; Węglowodany ogółem: 396.54 g; Sól: 8.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.35 g; suma cukrów prostych: 113.03 g; Błonnik pokarmowy: 37.71 g;

sobota 2024-03-02		Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6
--------------------------	--	---

kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) (MLE), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (GLU), Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1) (GLU), szynka na kartki 40g (1,2,11,13) , serek wiejski 60g (2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (GLU), rzodkiewka 50g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13) , wątróbka drobiowa gotowana 80g , ziemniaki 250g(2) (MLE), Surówka z kapusty czerwonej 120 g* , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* , Sos pietruszkowy 100g (1,2) , grejfrut 1 szt ,	Masło 10g(2) , chleb żytni 3 kromki 90g (1) (GLU), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (GLU), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13) , Herbata b/c 250g , Jogurt naturalny 150g , Salátka z papryki,salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g* ,
---	---	--

II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g* ,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g* , Woda mineralna 500ml* ,
---	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2614.49 kcal; Białko ogółem: 120.66 g; Tłuszcz: 84.08 g; Węglowodany ogółem: 355.80 g; Sól: 10.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.64 g; suma cukrów prostych: 82.44 g; Błonnik pokarmowy: 40.54 g;

sobota 2024-03-02		Jadłospis dla diety: Papkowata 12
--------------------------	--	--

Herbata z cukrem 250ml* , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (MLE), bułka wrocławska 100g (1) ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , Kompot z owoców mroż. 250ml* , bukiet warzyw królewski 120g ,	Herbata z cukrem 250ml* , Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , bukiet warzyw królewski 120g , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) ,
---	--	---

		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1993.20 kcal; Białko ogółem: 106.44 g; Tłuszcz: 70.46 g; Węglowodany ogółem: 243.84 g; Sól: 2.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.89 g; suma cukrów prostych: 63.71 g; Błonnik pokarmowy: 24.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-02		
Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Herbata 250g , Masło 10g(2) , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3) , szynka na kartki 40g (1,2,11,13) , rzodkiewka 50g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (<i>MLE</i>), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), chleb żytni 1 kromka 35g (1) (<i>GLU</i>),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13) , wątróbka drobiowa smażona 80g z cebulką 40g (1) , Surówka z kapusty czerwonej 120 g* , Kompot z owoców mroż. 250ml* , ziemniaki 250g(2) (<i>MLE</i>), grejfrut 1 szt ,	Herbata 250g , Masło 10g(2) , filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Salátka z papryki, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g* ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2932.74 kcal; Białko ogółem: 119.49 g; Tłuszcz: 92.42 g; Węglowodany ogółem: 412.90 g; Sól: 7.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.88 g; suma cukrów prostych: 111.37 g; Błonnik pokarmowy: 37.69 g;

sobota 2024-03-02		
Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Masło 10g(2) , szynka na kartki 40g (1,2,11,13) , serek wiejski 60g (2) , Herbata 250g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (<i>MLE</i>), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Pomidor 50g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13) , wątróbka drobiowa gotowana 80g , ziemniaki 250g(2) (<i>MLE</i>), salátka z selera z jabłkiem 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Sos pietruszkowy 100g (1,2) , grejfrut 1	Herbata 250g , Masło 10g(2) , filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g* ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , mus warzywno-owocowy 100g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2674.19 kcal; Białko ogółem: 116.05 g; Tłuszcz: 72.49 g; Węglowodany ogółem: 396.54 g; Sól: 8.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.35 g; suma cukrów prostych: 113.03 g; Błonnik pokarmowy: 37.71 g;

sobota 2024-03-02		
Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Masło 10g(2) , szynka na kartki 40g (1,2,11,13) , serek wiejski 60g (2) , Herbata 250g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (<i>MLE</i>), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Pomidor 50g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13) , wątróbka drobiowa gotowana 80g , ziemniaki 250g(2) (<i>MLE</i>), salátka z selera z jabłkiem 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Sos pietruszkowy 100g (1,2) , grejfrut 1	Herbata 250g , Masło 10g(2) , filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g* ,

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-02	Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3	
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) (MLE), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (GLU), Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1) (GLU), szynka na kartki 40g (1,2,11,13) , serek wiejski 60g (2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (GLU), rzodkiewka 50g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13) , wątróbka drobiowa gotowana 80g , ziemniaki 250g(2) (MLE), Surówka z czerwonej kapusty 120 g , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* , Sos pietruszkowy 100g (1,2) , grejfrut 1 szt ,	Masło 10g(2) , chleb żytni 3 kromki 90g (1) (GLU), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (GLU), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13) , Herbata b/c 250g , Jogurt naturalny 150g , Salátka z papryki,salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g* ,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2649.31 kcal; Białko ogółem: 120.90 g; Tłuszcz: 86.13 g;
 Węglowodany ogółem: 359.82 g; Sól: 10.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.79 g; suma cukrów prostych: 86.14 g; Błonnik pokarmowy: 40.83 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-02		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Herbata z cukrem 250ml* , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (<i>MLE</i>),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Mięso mielone drobiowe 90g* , bukiet warzyw królewski 120g ,	Herbata z cukrem 250ml* , Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , bukiet warzyw królewski 120g ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1699.20 kcal; Białko ogółem: 98.44 g; Tłuszcz: 66.06 g; Węglowodany ogółem: 187.24 g; Sól: 1.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.78 g; suma cukrów prostych: 61.81 g; Błonnik pokarmowy: 22.99 g;

sobota 2024-03-02		Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1
Herbata 250g , Masło 10g(2) , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3) , szynka na kartki 40g (1,2,11,13) , rzodkiewka 50g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (<i>MLE</i>), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), chleb żytni 1 kromka 35g (1) (<i>GLU</i>),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13) , wątróbka drobiowa smażona 80g z cebulką 40g (1) , Surówka z czerwonej kapusty 120 g , Kompot z owoców mroż. 250ml* , ziemniaki 250g(2) (<i>MLE</i>), grejfrut 1 szt ,	Herbata 250g , Masło 10g(2) , filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Sałatka z papryki, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g* ,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3198.96 kcal; Białko ogółem: 131.23 g; Tłuszcz: 106.43 g; Węglowodany ogółem: 431.54 g; Sól: 10.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.92 g; suma cukrów prostych: 125.93 g; Błonnik pokarmowy: 40.23 g;

sobota 2024-03-02		Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2
Masło 10g(2) , szynka na kartki 40g (1,2,11,13) , serek wiejski 60g (2) , Herbata 250g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) (<i>MLE</i>), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Pomidor 50g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13) , wątróbka drobiowa gotowana 80g , ziemniaki 250g(2) (<i>MLE</i>), sałatka z selera z jabłkiem 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Sos pietruszkowy 100g (1,2) , grejfrut 1	Herbata 250g , Masło 10g(2) , filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g* ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2905.59 kcal; Białko ogółem: 127.56 g; Tłuszcz: 84.45 g; Węglowodany ogółem: 411.16 g; Sól: 11.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.25 g; suma cukrów prostych: 123.89 g; Błonnik pokarmowy: 39.95 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2742.08 kcal; Białko ogółem: 132.70 g; Tłuszcz: 86.93 g;
Węglowodany ogółem: 353.70 g; Sól: 6.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.25 g; suma cukrów prostych:
112.61 g; Błonnik pokarmowy: 25.17 g;

niedziela 2024-03-03		Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) (MLE), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (GLU), Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (GLU), Ser żółty 40g (2) , Pomidor 50g , Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8) ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13) , ziemniaki 250g(2) (MLE), marchew gotowana 120g (1,2) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* , Udko gotowane 1szt 200g , kiwi 1szt. ,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (GLU), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (GLU), Masło 10g(2) , schab na kartki 40g , Herbata b/c 250g , Jogurt naturalny 150g , Sałatka z rukoli,rzodkiewki z pestkami dyni 100g* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus, soczewicą i roszką 100g (1,8) ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , Mus warzywno-owocowy 100g* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2576.46 kcal; Białko ogółem: 134.34 g; Tłuszcz: 122.21 g;
Węglowodany ogółem: 240.54 g; Sól: 10.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.88 g; suma cukrów prostych:
56.72 g; Błonnik pokarmowy: 27.47 g;

niedziela 2024-03-03		Jadłospis dla diety: Papkowata 12
Herbata 250g , Kasza manna na mleku 350 g (MLE), Sucharki 40g (1) ,	Kompot z owoców mroż. 250ml* , 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 naturalny 150g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , mus warzywno-owocowy 100g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1556.26 kcal; Białko ogółem: 97.04 g; Tłuszcz: 58.66 g;
Węglowodany ogółem: 164.69 g; Sól: 2.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.72 g; suma cukrów prostych:
85.99 g; Błonnik pokarmowy: 15.57 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-03		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Herbata z cukrem 250ml* , kasza kukurydziana na ml.jajo,masło 350ml (<i>MLE</i>),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , marchew gotowana 120g (1,2) , Kompot z owoców mroż. 250ml* ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , marchew gotowana 120g (1,2) , Jogurt naturalny 150g , Herbata z cukrem 250ml* ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , mus warzywno-owocowy 100g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1389.39 kcal; Białko ogółem: 99.70 g; Tłuszcz: 72.42 g; Węglowodany ogółem: 89.35 g; Sól: 2.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.23 g; suma cukrów prostych: 59.21 g; Błonnik pokarmowy: 13.38 g;

niedziela 2024-03-03		Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1
Kasza manna na mleku 350 g (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , Ser żółty 40g (2) , Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8) , Pomidor 50g , kajzerka 1szt,chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), chleb żytni 1 kromka 35g (1) (<i>GLU</i>),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13) , Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8) , ziemniaki 250g(2) (<i>MLE</i>), Marchewka z groszkiem 120g.(1,2) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Banan 1 szt ,	Masło 10g(2) , Herbata z cukrem 250ml* , schab na kartki 40g , kajzerka 1szt,chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Jogurt naturalny 150g , Salátka z rukoli,rzodkiewki z pestkami dyni 100g* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , salátka z kaszą kuskus, soczewicą i roszponką 100g (1,8) ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , mus- owsianka 100g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3296.56 kcal; Białko ogółem: 154.58 g; Tłuszcz: 128.60 g; Węglowodany ogółem: 378.73 g; Sól: 12.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.04 g; suma cukrów prostych: 114.78 g; Błonnik pokarmowy: 30.99 g;

niedziela 2024-03-03		Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2
Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt,chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Masło 10g(2) , serek homo waniliowy 60g , Kasza manna na mleku 350 g (<i>MLE</i>), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8) , Pomidor 50g ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13) , marchew gotowana 120g (1,2) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , ziemniaki 250g(2) (<i>MLE</i>), Udko gotowane 1szt 200g , Banan 1 szt ,	schab na kartki 40g , Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 1szt,chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1) (<i>GLU</i>), Jogurt naturalny 150g , Salátka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , salátka z kaszą kuskus i tuńczykiem, roszponką i pomidorem 100g (1,4) ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , mus- owsianka 100g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3197.28 kcal; Białko ogółem: 154.05 g; Tłuszcz: 122.85 g; Węglowodany ogółem: 365.55 g; Sól: 11.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.78 g; suma cukrów prostych: 123.31 g; Błonnik pokarmowy: 27.09 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-03	Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3	
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) (MLE), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (GLU), Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (GLU), Ser żółty 40g (2) , Pomidor 50g , Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8) ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13) , ziemniaki 250g(2) (MLE), marchew gotowana 120g (1,2) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* , Udko gotowane 1szt 200g , kiwi 1szt. ,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (GLU), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (GLU), Masło 10g(2) , schab na kartki 40g , Herbata b/c 250g , Jogurt naturalny 150g , Sałatka z rukoli,rzodkiewki z pestkami dyni 100g* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus, soczewicą i roszponką 100g (1,8) ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , mus- owsianka 100g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2576.46 kcal; Białko ogółem: 134.34 g; Tłuszcz: 122.21 g;
 Węglowodany ogółem: 240.54 g; Sól: 10.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.88 g; suma cukrów prostych:
 56.72 g; Błonnik pokarmowy: 27.47 g;