

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

**Śniadanie
II Śniadanie**

**Obiad
Podwieczorek**

**Kolacja
Posilek nocny**

poniedziałek 2024-02-12

Jadłospis dla diety: Podstawowa 1

kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), Masło 10g(2) , szynka na kartki 40g (1,2,11,13) , twaróg krajanka 40g (2) , rzodkiewka 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2) , chleb żytni 1 kromka 35g (1) (1) , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2) ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13) , Bigos 300g* (1,8,11,13) , sałatka z selera z jabłkiem 120g , Kompot z owoców mroż. 250g* , kiwi 1szt. , ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), Jogurt naturalny 150g , Sałatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g* ,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2604.26 kcal; Białko ogółem: 107.73 g; Tłuszcz: 81.80 g; Węglowodany ogółem: 366.91 g; Sól: 10.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.83 g; suma cukrów prostych: 86.44 g; Błonnik pokarmowy: 37.83 g;

poniedziałek 2024-02-12

Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2

Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), Masło 10g(2) , szynka na kartki 40g (1,2,11,13) , twaróg krajanka 40g (2) , Pomidor 50g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2) ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13) , Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250g* , brokuły z wody 100g , Banan 1 szt , ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , Jogurt naturalny 150g , Sałatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g* ,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2541.97 kcal; Białko ogółem: 96.76 g; Tłuszcz: 74.23 g; Węglowodany ogółem: 373.00 g; Sól: 8.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.70 g; suma cukrów prostych: 110.30 g; Błonnik pokarmowy: 26.73 g;

poniedziałek 2024-02-12

Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3

Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), Masło 10g(2) , szynka na kartki 40g (1,2,11,13) , twaróg krajanka 40g (2) , Pomidor 50g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2) ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13) , Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250g* , sałatka z selera z jabłkiem 120g , Banan 1 szt , ziemniaki	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , Sałatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g* , Jogurt naturalny 150g ,
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml* , Mus warzywno-owocowy 100g* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2576.97 kcal; Białko ogółem: 96.34 g; Tłuszcz: 74.42 g; Węglowodany ogółem: 384.36 g; Sól: 7.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.72 g; suma cukrów prostych: 116.30 g; Błonnik pokarmowy: 31.80 g;

poniedziałek 2024-02-12

Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6

kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) , chleb żytni 3 kromki 90g (1) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1), Masło 10g(2) , szynka na kartki 40g (1,2,11,13) , twaróg krajanka 40g (2) , rzodkiewka 50g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13) , Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13) , Kompot z owoców mroż. b/c 250ml* , sałatka z selera z jabłkiem 120g , kiwi 1szt. ,	Herbata b/c 250g , Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , Jogurt naturalny 150g , Sałatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g* ,		Posilek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g* , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2578.36 kcal; Białko ogółem: 97.25 g; Tłuszcz: 78.40 g; Węglowodany ogółem: 382.94 g; Sól: 8.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.76 g; suma cukrów prostych: 64.54 g; Błonnik pokarmowy: 41.68 g;

poniedziałek 2024-02-12

Jadłospis dla diety: Papkowata 12

Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2) , kasza kukurydziana na ml, jajo, masło 350ml , Sucharki 40g (1) ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250g* , Mięso mielone drobiowe 90g* , marchew gotowana 120g (1,2) ,	Herbata z cukrem 250ml* , Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13) , marchew gotowana 120g (1,2) , Mięso mielone drobiowe 90g* , Jogurt naturalny 150g ,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2021.09 kcal; Białko ogółem: 117.96 g; Tłuszcz: 85.30 g; Węglowodany ogółem: 203.25 g; Sól: 2.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.04 g; suma cukrów prostych: 74.59 g; Błonnik pokarmowy: 21.46 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-02-12 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2) , kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250g* , Mięso mielone drobiowe 90g* , marchew gotowana 120g (1,2) ,	Herbata z cukrem 250ml* , marchew gotowana 120g (1,2) , Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , Jogurt naturalny 150g ,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1861.09 kcal; Białko ogółem: 112.36 g; Tłuszcz: 82.50 g; Węglowodany ogółem: 175.65 g; Sól: 2.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.72 g; suma cukrów prostych: 73.19 g; Błonnik pokarmowy: 20.02 g;

poniedziałek 2024-02-12 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), Masło 10g(2) , szynka na kartki 40g (1,2,11,13) , twaróg krajanka 40g (2) , rzodkiewka 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2) , chleb żytni 1 kromka 35g (1) (1) , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2) ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13) , Bigos 300g* (1,8,11,13) , Kompot z owoców mroż. 250g* , sałatka z selera z jabłkiem 120g , kiwi 1szt. , ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), Jogurt naturalny 150g , Sałatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g* ,
II Śniadanie: Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g* , sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posilek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2835.65 kcal; Białko ogółem: 119.24 g; Tłuszcz: 93.76 g; Węglowodany ogółem: 381.53 g; Sól: 13.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.73 g; suma cukrów prostych: 97.29 g; Błonnik pokarmowy: 40.07 g;

poniedziałek 2024-02-12 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), Masło 10g(2) , szynka na kartki 40g (1,2,11,13) , twaróg krajanka 40g (2) , Pomidor 50g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2) ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13) , Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250g* , sałatka z selera z jabłkiem 120g , Banan 1 szt. , ziemniaki	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , Jogurt naturalny 150g , Sałatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g* ,		Posilek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2808.36 kcal; Białko ogółem: 107.85 g; Tłuszcz: 86.38 g; Węglowodany ogółem: 398.98 g; Sól: 10.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.61 g; suma cukrów prostych: 127.15 g; Błonnik pokarmowy: 34.04 g;

poniedziałek 2024-02-12 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) , chleb żytni 3 kromki 90g (1) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1), Masło 10g(2) , szynka na kartki 40g (1,2,11,13) , twaróg krajanka 40g (2) , rzodkiewka 50g ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13) , ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* , Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13) , sałatka z selera z jabłkiem	Herbata b/c 250g , Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , Jogurt naturalny 150g , Sałatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g* ,
II Śniadanie: Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g* , sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posilek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2578.36 kcal; Białko ogółem: 97.25 g; Tłuszcz: 78.40 g; Węglowodany ogółem: 382.94 g; Sól: 8.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.76 g; suma cukrów prostych: 64.54 g; Błonnik pokarmowy: 41.68 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

**Śniadanie
II Śniadanie**

**Obiad
Podwieczorek**

**Kolacja
Posilek nocny**

wtorek 2024-02-13

Jadłospis dla diety: Podstawowa 1

Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1) (1), Masło 10g(2) , papryka świeża 50g. , filet pieczony z indyka 40g , serek homo waniliowy 60g , Herbata z cukrem 250ml* ,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13) , Kotlet z karczku po parysku 90g* (1,3,13) , ziemniaki 250g(2) , Surówka z pora i jabłka 120g* , Kompot z owoców mroż.	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), Polędwica sopocka 40g (8) , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Salátka z ogórka, salaty zielonej i nasionami słonecznika 100g* ,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2741.88 kcal; Białko ogółem: 118.75 g; Tłuszcz: 89.07 g; Węglowodany ogółem: 365.30 g; Sól: 7.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.05 g; suma cukrów prostych: 94.86 g; Błonnik pokarmowy: 31.35 g;

wtorek 2024-02-13

Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2

Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), Masło 10g(2) , filet pieczony z indyka 40g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) , serek homo waniliowy 60g , Pomidor 50g ,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13) , schab gotowany 90g , ziemniaki 250g(2) , brokuly z wody 120 g , Kompot z owoców mroż. 250g* , mandarynka 2 szt. , Sos	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), Polędwica sopocka 40g (8) , Bulka kajzerka 50g (1) , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Salátka z pomidorem, salátą zieloną i pestkami dyni 100g* ,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2572.51 kcal; Białko ogółem: 122.03 g; Tłuszcz: 72.77 g; Węglowodany ogółem: 350.09 g; Sól: 7.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.89 g; suma cukrów prostych: 86.68 g; Błonnik pokarmowy: 27.87 g;

wtorek 2024-02-13

Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3

Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), Masło 10g(2) , filet pieczony z indyka 40g , serek homo waniliowy 60g , Herbata z cukrem 250ml* , Pomidor 50g ,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13) , schab gotowany 90g , ziemniaki 250g(2) , brokuly z wody 120 g , Kompot z owoców mroż. 250g* , mandarynka 2 szt. , Sos	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), Polędwica sopocka 40g (8) , Bulka kajzerka 50g (1) , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Salátka z pomidorem, salátą zieloną i pestkami dyni 100g* ,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2572.51 kcal; Białko ogółem: 122.03 g; Tłuszcz: 72.77 g; Węglowodany ogółem: 350.09 g; Sól: 7.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.89 g; suma cukrów prostych: 86.68 g; Błonnik pokarmowy: 27.87 g;

wtorek 2024-02-13

Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6

kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) , chleb żytni 3 kromki 90g (1) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1), Masło 10g(2) , papryka świeża 50g. , filet pieczony z indyka 40g , serek homog. nat. 60g.(2) ,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13) , schab gotowany 90g , ziemniaki 250g(2) , Surówka z pora i jabłka 120g* , Kompot z owoców mroż. b/c 250ml* , mandarynka 2	Herbata b/c 250g , Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (1), Polędwica sopocka 40g (8) , Jogurt naturalny 150g , Salátka z ogórka, salaty zielonej i nasionami słonecznika 100g* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , salátka z kaszą kuskus i tuńczykiem, roszką i pomidorem 100g ,		Posilek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g* , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2371.35 kcal; Białko ogółem: 114.28 g; Tłuszcz: 85.41 g; Węglowodany ogółem: 289.51 g; Sól: 8.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.23 g; suma cukrów prostych: 78.56 g; Błonnik pokarmowy: 32.41 g;

wtorek 2024-02-13

Jadłospis dla diety: Papkowata 12

Herbata z cukrem 250ml* , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) ,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , brokuly z wody 120 g , Kompot z owoców mroż. 250g* ,	Herbata z cukrem 250ml* , pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , brokuly z wody 120 g , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) ,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1408.72 kcal; Białko ogółem: 96.95 g; Tłuszcz: 60.35 g; Węglowodany ogółem: 125.34 g; Sól: 1.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.79 g; suma cukrów prostych: 68.32 g; Błonnik pokarmowy: 16.69 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-02-13 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml* , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) ,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250g* , Mięso mielone drobiowe 90g* , brokuly z wody 120 g ,	Herbata z cukrem 250ml* , pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , brokuly z wody 120 g ,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1408.72 kcal; Białko ogółem: 96.95 g; Tłuszcz: 60.35 g; Węglowodany ogółem: 125.34 g; Sól: 1.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.79 g; suma cukrów prostych: 68.32 g; Błonnik pokarmowy: 16.69 g;

wtorek 2024-02-13 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , Masło 10g(2) , papryka świeża 50g. , filet pieczony z indyka 40g , serek homo waniliowy 60g , Herbata z cukrem 250ml* , chleb żytni 1 kromka 35g (1) (1) ,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13) , Kotlet z karczku po parysku 90g* (1,3,13) , ziemniaki 250g(2) , Surówka z pora i jabłka 120g* , Kompot z owoców mroż.	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , Polędwica sopocka 40g (8) , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Sałatka z ogórka, salaty zielonej i nasionami słonecznika 100g* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, roszponką i pomidorem 100g ,		Posilek nocny: mus- owsianka 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2963.87 kcal; Białko ogółem: 127.62 g; Tłuszcz: 102.43 g; Węglowodany ogółem: 376.86 g; Sól: 10.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.13 g; suma cukrów prostych: 105.75 g; Błonnik pokarmowy: 33.15 g;

wtorek 2024-02-13 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , Masło 10g(2) , filet pieczony z indyka 40g , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) , serek homo waniliowy 60g , Pomidor 50g ,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13) , schab gotowany 90g , ziemniaki 250g(2) , brokuly z wody 120 g , Kompot z owoców mroż. 250g* , mandarynka 2 szt. , Sos	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , Polędwica sopocka 40g (8) , Bulka kajzerka 50g (1) , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g* ,
II Śniadanie: sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, roszponką i pomidorem 100g , sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posilek nocny: mus- owsianka 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2795.00 kcal; Białko ogółem: 130.89 g; Tłuszcz: 85.92 g; Węglowodany ogółem: 362.32 g; Sól: 10.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.57 g; suma cukrów prostych: 97.64 g; Błonnik pokarmowy: 29.74 g;

wtorek 2024-02-13 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) , chleb żytni 3 kromki 90g (1) (1) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1) , Masło 10g(2) , papryka świeża 50g. , filet pieczony z indyka 40g , serek homog. nat. 60g.(2) ,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13) , schab gotowany 90g , ziemniaki 250g(2) , Surówka z pora i jabłka 120g* , Kompot z owoców mroż. b/c 250ml* , mandarynka 2	Herbata b/c 250g , Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1) , chleb żytni 3 kromki 90g (1) (1) , Polędwica sopocka 40g (8) , Jogurt naturalny 150g , Sałatka z ogórka, salaty zielonej i nasionami słonecznika 100g* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, roszponką i pomidorem 100g ,		Posilek nocny: mus- owsianka 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2371.35 kcal; Białko ogółem: 114.28 g; Tłuszcz: 85.41 g; Węglowodany ogółem: 289.51 g; Sól: 8.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.23 g; suma cukrów prostych: 78.56 g; Błonnik pokarmowy: 32.41 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

**Śniadanie
II Śniadanie**

**Obiad
Podwieczorek**

**Kolacja
Posilek nocny**

środa 2024-02-14

Jadłospis dla diety: Podstawowa 1

Ryż na mleku 350 ml*(2) , Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , Masło 10g(2) , szynka farmerska 40g(1,2,11,13) , Ser żółty 40g (2) , Pomidor 50g , chleb żytni 1 kromka 35g (1) (1) ,	Kalafiorowa z ziemniakami - 400 (1,2,13) , Filet z dorsza smażony 100g (1,13) , ziemniaki 250g(2) , sałatka z buraków 120g (3,11,13) , Banan 1 szt , Kompot z owoców mroż. 250g* ,	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11) , Jogurt naturalny 150g , Sałatka z papryką,rukolą i pestkami dyni 100g* ,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3085.43 kcal; Białko ogółem: 129.12 g; Tłuszcz: 100.84 g; Węglowodany ogółem: 420.60 g; Sól: 11.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.15 g; suma cukrów prostych: 133.26 g; Błonnik pokarmowy: 32.59 g;

środa 2024-02-14

Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2

Ryż na mleku 350 ml*(2) , Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , Masło 10g(2) , szynka farmerska 40g(1,2,11,13) , twarożek 60g (2) , Pomidor 50g ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13) , Kompot z owoców mroż. 250g* , ziemniaki 250g(2) , filet z dorsza parowany 100g , buraczki gotowane 120g (1,2) , Banan 1 szt , Sos koperkowy	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13) , Jogurt naturalny 150g , Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g* ,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2640.96 kcal; Białko ogółem: 123.08 g; Tłuszcz: 71.97 g; Węglowodany ogółem: 379.24 g; Sól: 7.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.14 g; suma cukrów prostych: 121.43 g; Błonnik pokarmowy: 29.84 g;

środa 2024-02-14

Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3

Ryż na mleku 350 ml*(2) , Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , Masło 10g(2) , szynka farmerska 40g(1,2,11,13) , twarożek 60g (2) , Pomidor 50g ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13) , filet z dorsza parowany 100g , Kompot z owoców mroż. 250g* , ziemniaki 250g(2) , buraczki gotowane 120g (1,2) , Banan 1 szt , Sos koperkowy 100g (1,2) ,	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13) , Jogurt naturalny 150g , Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g* ,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2640.96 kcal; Białko ogółem: 123.08 g; Tłuszcz: 71.97 g; Węglowodany ogółem: 379.24 g; Sól: 7.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.14 g; suma cukrów prostych: 121.43 g; Błonnik pokarmowy: 29.84 g;

środa 2024-02-14

Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6

kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) , chleb żytni 3 kromki 90g (1) (1) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1) , szynka farmerska 40g(1,2,11,13) , Pomidor 50g , Masło 10g(2) , twarożek 60g (2) ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13) , filet z dorsza parowany 100g , Kompot z owoców mroż. b/c 250ml* , sałatka z buraków 120g (3,11,13) , ziemniaki 250g(2) , jabłko deserowe 1 szt. , Sos	Herbata b/c 250g , Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1) , chleb żytni 3 kromki 90g (1) (1) , pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11) , Jogurt naturalny 150g , Sałatka z papryką,rukolą i pestkami dyni 100g* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z kaszy jęczmiennej,rukolą i kurczakiem 100g* ,		Posilek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g* , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2433.91 kcal; Białko ogółem: 119.85 g; Tłuszcz: 84.05 g; Węglowodany ogółem: 308.95 g; Sól: 9.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.29 g; suma cukrów prostych: 79.16 g; Błonnik pokarmowy: 35.10 g;

środa 2024-02-14

Jadłospis dla diety: Papkowata 12

Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2) , Ryż na ml, jajo, masło 350ml ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , Kompot z owoców mroż. 250g* , buraczki	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13) , buraczki gotowane 120g (1,2) , Mięso mielone drobiowe 90g* , Herbata z cukrem 250ml* , Jogurt naturalny 150g ,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1856.17 kcal; Białko ogółem: 114.94 g; Tłuszcz: 80.73 g; Węglowodany ogółem: 176.78 g; Sól: 2.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.20 g; suma cukrów prostych: 86.69 g; Błonnik pokarmowy: 22.65 g;

środa 2024-02-14

Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14

Jadłospisy dla oddziałów

Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2) , Ryż na ml, jajo,masło 350ml ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , buraczki gotowane 120g (1,2) , Kompot z owoców mroż. 250g* ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , buraczki gotowane 120g (1,2) , Jogurt naturalny 150g , Herbata z cukrem 250ml* ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1856.17 kcal; Białko ogółem: 114.94 g; Tłuszcz: 80.73 g; Węglowodany ogółem: 176.78 g; Sól: 2.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.20 g; suma cukrów prostych: 86.69 g; Błonnik pokarmowy: 22.65 g;

środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
Ryż na mleku 350 ml*(2) , Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , Masło 10g(2) , szynka farmerska 40g(1,2,11,13) , Ser żółty 40g (2) , Pomidor 50g , chleb żytni 1 kromka 35g (1) (1) ,	Kalafiorowa z ziemniakami - 400 (1,2,13) , Filet z dorsza smażony 100g (1,13) , Kompot z owoców mroż. 250g* , ziemniaki 250g(2) , sałatka z buraków 120g (3,11,13) , Banan 1 szt ,	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11) , Jogurt naturalny 150g , Sałatka z papryką,rukolą i pestkami dyni 100g* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt , Sałatka z kaszy jęczmiennej,rukolą i kurczakiem 100g* ,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3295.83 kcal; Białko ogółem: 140.13 g; Tłuszcz: 112.72 g; Węglowodany ogółem: 430.12 g; Sól: 14.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.03 g; suma cukrów prostych: 142.76 g; Błonnik pokarmowy: 33.79 g;

środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Ryż na mleku 350 ml*(2) , Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , Masło 10g(2) , szynka farmerska 40g(1,2,11,13) , twarożek 60g (2) , Pomidor 50g ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13) , Kompot z owoców mroż. 250g* , ziemniaki 250g(2) , filet z dorsza parowany 100g , buraczki gotowane 120g (1,2) , Banan 1 szt , Sos koperkowy	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13) , Jogurt naturalny 150g , Sałatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g* ,
II Śniadanie: Sałatka z kaszy jęczmiennej,roszponki i kurczaka 100g* , sok warzywny 300ml 1 szt ,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2850.85 kcal; Białko ogółem: 134.10 g; Tłuszcz: 84.06 g; Węglowodany ogółem: 388.09 g; Sól: 10.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.43 g; suma cukrów prostych: 130.87 g; Błonnik pokarmowy: 30.97 g;

środa 2024-02-14 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) , chleb żytni 3 kromki 90g (1) (1) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1) , szynka farmerska 40g(1,2,11,13) , Pomidor 50g , Masło 10g(2) , twarożek 60g (2) ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13) , filet z dorsza parowany 100g , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* , sałatka z buraków 120g (3,11,13) , ziemniaki 250g(2) , jabłko deserowe 1 szt. , Sos	Herbata b/c 250g , Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1) , chleb żytni 3 kromki 90g (1) (1) , pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11) , Jogurt naturalny 150g , Sałatka z papryką,rukolą i pestkami dyni 100g* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt , Sałatka z kaszy jęczmiennej,rukolą i kurczakiem 100g* ,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2433.91 kcal; Białko ogółem: 119.85 g; Tłuszcz: 84.05 g; Węglowodany ogółem: 308.95 g; Sól: 9.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.29 g; suma cukrów prostych: 79.16 g; Błonnik pokarmowy: 35.10 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

**Śniadanie
II Śniadanie**

**Obiad
Podwieczorek**

**Kolacja
Posilek nocny**

czwartek 2024-02-15

Jadłospis dla diety: Podstawowa 1

Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), Masło 10g(2), rzodkiewka 50g , serek wiejski 60g (2) , schab na kartki 40g , chleb żytni 1 kromka 35g (1) (1),	Krupnik 350ml(1,2,8,13) , filet z kurczaka duszony 90g w sosie curry (1,13) , surówka meksykańska 120g (3,11,13) , ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g* , Pomarańcza 120g ,	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , pasta z sera topionego i wędliny 60g , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Salátka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g* ,
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml* , mus warzywno-owocowy 100g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2600.10 kcal; Białko ogółem: 122.12 g; Tłuszcz: 76.84 g; Węglowodany ogółem: 359.44 g; Sól: 7.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.06 g; suma cukrów prostych: 80.24 g; Błonnik pokarmowy: 30.93 g;

czwartek 2024-02-15

Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2

Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), Masło 10g(2) , serek wiejski 60g (2) , schab na kartki 40g , Pomidor 50g ,	sos marchewkowy 100g (1,2), Krupnik 350ml(1,2,8,13) , filet z kurczaka gotowany 90g , ziemniaki 250g(2) , Szpinak gotowany 120g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g* , Pomarańcza 120g ,	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , Polędwica sopocka 40g (8) , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Salátka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g* ,
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml* , mus warzywno-owocowy 100g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2492.45 kcal; Białko ogółem: 125.47 g; Tłuszcz: 70.13 g; Węglowodany ogółem: 337.85 g; Sól: 8.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.71 g; suma cukrów prostych: 76.75 g; Błonnik pokarmowy: 28.72 g;

czwartek 2024-02-15

Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3

Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), Masło 10g(2) , serek wiejski 60g (2) , schab na kartki 40g , Pomidor 50g ,	sos marchewkowy 100g (1,2), Krupnik 350ml(1,2,8,13) , filet z kurczaka gotowany 90g , ziemniaki 250g(2) , Szpinak gotowany 120g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g* , Pomarańcza 120g ,	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , Polędwica sopocka 40g (8) , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Salátka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g* ,
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml* , mus warzywno-owocowy 100g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2492.45 kcal; Białko ogółem: 125.47 g; Tłuszcz: 70.13 g; Węglowodany ogółem: 337.85 g; Sól: 8.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.71 g; suma cukrów prostych: 76.75 g; Błonnik pokarmowy: 28.72 g;

czwartek 2024-02-15

Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6

kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) , chleb żytni 3 kromki 90g (1) (1) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1) , Masło 10g(2) , rzodkiewka 50g , serek wiejski 60g (2) , schab na kartki 40g ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13) , filet z kurczaka gotowany 90g , ziemniaki 250g(2) , surówka meksykańska 120g (3,11,13) , sos marchewkowy 100g (1,2) , Kompot z owoców mroż. b/c 250ml* , Pomarańcza	Herbata b/c 250g , Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1) , chleb żytni 3 kromki 90g (1) (1) , Polędwica sopocka 40g (8) , Jogurt naturalny 150g , Salátka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z fasolą czerwoną, pomidorem i brokułem 100g* ,		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml* , Mus warzywno-owocowy 100g* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2436.28 kcal; Białko ogółem: 123.04 g; Tłuszcz: 77.89 g; Węglowodany ogółem: 317.17 g; Sól: 10.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.59 g; suma cukrów prostych: 71.06 g; Błonnik pokarmowy: 38.56 g;

czwartek 2024-02-15

Jadłospis dla diety: Papkowata 12

Herbata z cukrem 250ml* , Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250g* , Mięso mielone drobiowe 90g* , Szpinak gotowany	Herbata z cukrem 250ml* , Krupnik 350ml(1,2,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , Szpinak gotowany 120g(2) , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) ,
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml* , mus warzywno-owocowy 100g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1677.89 kcal; Białko ogółem: 106.16 g; Tłuszcz: 79.57 g; Węglowodany ogółem: 140.21 g; Sól: 1.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.96 g; suma cukrów prostych: 53.98 g; Błonnik pokarmowy: 16.31 g;

czwartek 2024-02-15

Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14

Jadłospisy dla oddziałów

Herbata z cukrem 250ml* , Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , Szpinak gotowany 120g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g*	Krupnik 350ml(1,2,8,13) , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Szpinak gotowany 120g(2) , Mięso mielone drobiowe 90g* , Herbata z cukrem 250ml* ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , mus warzywno-owocowy 100g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1677.89 kcal; Białko ogółem: 106.16 g; Tłuszcz: 79.57 g; Węglowodany ogółem: 140.21 g; Sól: 1.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.96 g; suma cukrów prostych: 53.98 g; Błonnik pokarmowy: 16.31 g;

czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) , Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , Masło 10g(2) , rzodkiewka 50g , serek wiejski 60g (2) , schab na kartki 40g , chleb żytni 1 kromka 35g (1) (1) ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13) , filet z kurczaka duszony 90g w sosie curry (1,13) , surówka meksykańska 120g (3,11,13) , ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g* , Pomarańcza 120g ,	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , pasta z sera topionego i wędliny 60g , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Salátka z rozszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z fasolą czerwoną, pomidorem i brokulem 100g* ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , mus-owsianka 100g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2878.85 kcal; Białko ogółem: 132.49 g; Tłuszcz: 88.93 g; Węglowodany ogółem: 388.97 g; Sól: 11.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.92 g; suma cukrów prostych: 91.10 g; Błonnik pokarmowy: 37.71 g;

czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) , Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , Masło 10g(2) , serek wiejski 60g (2) , schab na kartki 40g , Pomidor 50g ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13) , filet z kurczaka gotowany 90g , sos marchewkowy 100g (1,2) , ziemniaki 250g(2) , Szpinak gotowany 120g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g* , Pomarańcza 120g ,	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , Polędwica sopocka 40g (8) , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Salátka z rozszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g* ,
II Śniadanie: Salátka makaronowa z sałatą, pomidorem i jajkiem 100g* , sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , mus-owsianka 100g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2678.64 kcal; Białko ogółem: 129.17 g; Tłuszcz: 81.76 g; Węglowodany ogółem: 349.59 g; Sól: 11.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.54 g; suma cukrów prostych: 87.57 g; Błonnik pokarmowy: 30.68 g;

czwartek 2024-02-15 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) , chleb żytni 3 kromki 90g (1) (1) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1) , Masło 10g(2) , rzodkiewka 50g , serek wiejski 60g (2) , schab na kartki 40g ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13) , filet z kurczaka gotowany 90g , ziemniaki 250g(2) , surówka meksykańska 120g (3,11,13) , sos marchewkowy 100g (1,2) , Pomarańcza 120g , Kompot z owoców	Herbata b/c 250g , Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1) , chleb żytni 3 kromki 90g (1) (1) , Polędwica sopocka 40g (8) , Jogurt naturalny 150g , Salátka z rozszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z fasolą czerwoną, pomidorem i brokulem 100g* ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , mus-owsianka 100g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2436.28 kcal; Białko ogółem: 123.04 g; Tłuszcz: 77.89 g; Węglowodany ogółem: 317.17 g; Sól: 10.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.59 g; suma cukrów prostych: 71.06 g; Błonnik pokarmowy: 38.56 g;

Oddział: Szpital

**Śniadanie
II Śniadanie**

**Obiad
Podwieczorek**

**Kolacja
Posilek nocny**

piątek 2024-02-16

Jadłospis dla diety: Podstawowa 1

kasza manna na mleku 350g (1,2), kakao 250ml(1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Masło 10g(2), twaróg krajanka 40g (2), papryka świeża 50g., chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1), miód 2szt. (50g), chleb żytni 1 kromka 35g (1) (1),	Barszcz ukraiński 350ml(1,2,8,13), Kaszotto jarskie 250g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, jabłko deserowe 1 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2), Salata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), filet pieczony z indyka 40g, Salatka z rukoli, pestkami dyni, ogórkiem zielonym 100g*, Napój roślinny 330ml*,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3472.91 kcal; Białko ogółem: 101.02 g; Tłuszcz: 88.40 g; Węglowodany ogółem: 580.44 g; Sól: 9.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.58 g; suma cukrów prostych: 120.81 g; Błonnik pokarmowy: 39.88 g;

piątek 2024-02-16

Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2

kasza manna na mleku 350g (1,2), kakao 250ml(1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Masło 10g(2), twaróg krajanka 40g (2), miód 2szt. (50g), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1), Pomidor 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), kaszotto jarskie dieta 250g(1,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, jabłko deserowe 1 szt., Sos	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), filet pieczony z indyka 40g, Salatka z rukoli, pestkami dyni, ogórkiem zielonym 100g*, Napój roślinny 330ml*,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3168.21 kcal; Białko ogółem: 85.57 g; Tłuszcz: 86.50 g; Węglowodany ogółem: 518.38 g; Sól: 7.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.25 g; suma cukrów prostych: 117.69 g; Błonnik pokarmowy: 28.62 g;

piątek 2024-02-16

Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3

kasza manna na mleku 350g (1,2), kakao 250ml(1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Masło 10g(2), twaróg krajanka 40g (2), miód 2szt. (50g), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1), Pomidor 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), kaszotto jarskie dieta 250g(1,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), filet pieczony z indyka 40g, Salatka z rukoli, pestkami dyni, ogórkiem zielonym 100g*, Napój roślinny 330ml*,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3093.21 kcal; Białko ogółem: 84.97 g; Tłuszcz: 85.90 g; Węglowodany ogółem: 500.23 g; Sól: 7.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.19 g; suma cukrów prostych: 103.14 g; Błonnik pokarmowy: 25.62 g;

piątek 2024-02-16

Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6

chleb żytni 3 kromki 90g (1) (1), Masło 10g(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1), papryka świeża 50g., kakao b/c 250ml (1,2), twaróg krajanka 40g (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kaszotto dieta 250g (1,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, jabłko deserowe 1 szt., Salata zielona z sosem winegret 100g*, Sos	Herbata b/c 250g, Masło 10g(2), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1), filet pieczony z indyka 40g, Salatka z rukoli, pestkami dyni, ogórkiem zielonym 100g*, Napój roślinny 330ml*,
II Śniadanie: Salatka z makaronem orzo, brokulem, jajakiem i szpinakiem baby 100g*, sok warzywny 300ml 1 szt.,		Posilek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2133.65 kcal; Białko ogółem: 78.94 g; Tłuszcz: 89.14 g; Węglowodany ogółem: 260.29 g; Sól: 9.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.50 g; suma cukrów prostych: 78.57 g; Błonnik pokarmowy: 31.71 g;

piątek 2024-02-16

Jadłospis dla diety: Papkowata 12

kakao 250ml(1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g(2), Ziemniaki 200g* (2), Napój roślinny 330ml*,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2511.91 kcal; Białko ogółem: 124.08 g; Tłuszcz: 94.10 g; Węglowodany ogółem: 302.90 g; Sól: 2.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.61 g; suma cukrów prostych: 97.89 g; Błonnik pokarmowy: 26.37 g;

piątek 2024-02-16

Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14

Jadłospisy dla oddziałów

kakao 250ml(1,2) , Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml* ,	Kompot z owoców mroż. 250g* , Mięso mielone drobiowe 90g* , Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13) , Ziemniaki 200g* (2) ,	Herbata z cukrem 250ml* , Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , Masło 10g(2) , Ziemniaki 200g* (2) , Napój roślinny 330ml* ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2433.36 kcal; Białko ogółem: 121.92 g; Tłuszcz: 88.79 g; Węglowodany ogółem: 295.78 g; Sól: 2.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.23 g; suma cukrów prostych: 94.17 g; Błonnik pokarmowy: 23.20 g;

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
kasza manna na mleku 350g (1,2) , kakao 250ml(1,2) , Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3) , Masło 10g(2) , twaróg krajanka 40g (2) , papryka świeża 50g. , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1) , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , chleb żytni 1 kromka 35g (1) (1) ,	Barszcz ukraiński 350ml(1,2,8,13) , Kaszotto 250g (1,13) , Kompot z owoców mroż. 250g* , jabłko deserowe 1 szt. , Salata zielona z sosem winegret 100g* , Sos pietruszkowy 100g (1,2) ,	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , filet pieczony z indyka 40g , Salatka z rukoli, pestkami dyni, ogórkiem zielonym 100g* , Napój roślinny 330ml* ,
II Śniadanie: Salatka z makaronem orzo, brokulem, jajkiem i szpinakiem baby 100g* , sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3085.56 kcal; Białko ogółem: 115.21 g; Tłuszcz: 105.67 g; Węglowodany ogółem: 424.55 g; Sól: 13.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.48 g; suma cukrów prostych: 125.36 g; Błonnik pokarmowy: 40.07 g;

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
kasza manna na mleku 350g (1,2) , kakao 250ml(1,2) , Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3) , Masło 10g(2) , twaróg krajanka 40g (2) , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1) , Pomidor 50g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13) , Kaszotto dieta 250g (1,13) , Kompot z owoców mroż. 250g* , jabłko deserowe 1 szt. , Salata zielona z sosem winegret 100g* , Sos pietruszkowy 100g	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , filet pieczony z indyka 40g , Salatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g* , Napój roślinny 330ml* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salatka z makaronem orzo, brokulem, jajkiem i szpinakiem baby 100g* ,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2821.46 kcal; Białko ogółem: 101.71 g; Tłuszcz: 104.16 g; Węglowodany ogółem: 370.59 g; Sól: 11.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.24 g; suma cukrów prostych: 123.85 g; Błonnik pokarmowy: 30.37 g;

piątek 2024-02-16 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
chleb żytni 3 kromki 90g (1) (1) , Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1) , papryka świeża 50g. , kakao b/c 250ml (1,2) , twaróg krajanka 40g (2) , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13) , Kaszotto dieta 250g (1,13) , Salata zielona z sosem winegret 100g* , Kompot z owoców mroż. b/c 250ml* , jabłko deserowe 1 szt. , Sos	Herbata b/c 250g , Masło 10g(2) , chleb żytni 3 kromki 90g (1) (1) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1) , filet pieczony z indyka 40g , Salatka z rukoli, pestkami dyni, ogórkiem zielonym 100g* , Napój roślinny 330ml* ,
II Śniadanie: Salatka z makaronem orzo, brokulem, jajkiem i szpinakiem baby 100g* , sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2133.65 kcal; Białko ogółem: 78.94 g; Tłuszcz: 89.14 g; Węglowodany ogółem: 260.29 g; Sól: 9.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.50 g; suma cukrów prostych: 78.57 g; Błonnik pokarmowy: 31.71 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

**Śniadanie
II Śniadanie**

**Obiad
Podwieczorek**

**Kolacja
Posiłek nocny**

sobota 2024-02-17

Jadłospis dla diety: Podstawowa 1

Herbata 250g , Masło 10g(2) , serek homo waniliowy 60g , szynka na kartki 40g (1,2,11,13) , ogórek zielony 50g , Ryż na mleku 350 ml*(2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , chleb żytni 1 kromka 35g (1) (1) ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13) , ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g* , gruszka 1 szt. , Zraz 90g w sosie myśliwskim 100g , surówka z kap. pekińskiej 120g ,	Salatka z rzodkiewki, salaty i nasionami słonecznika 100g* , Herbata 250g , Masło 10g(2) , szynka farmerska 40g(1,2,11,13) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2685.97 kcal; Białko ogółem: 103.25 g; Tłuszcz: 79.85 g; Węglowodany ogółem: 391.97 g; Sól: 10.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.89 g; suma cukrów prostych: 110.69 g; Błonnik pokarmowy: 31.93 g;

sobota 2024-02-17

Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2

Masło 10g(2) , szynka na kartki 40g (1,2,11,13) , serek homo waniliowy 60g , Herbata 250g , Ryż na mleku 350 ml*(2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , Pomidor 50g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13) , Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13) , Kompot z owoców mroż. 250g* , Banan 1 szt , bukiet warzyw królewski 120g ,	Herbata 250g , Masło 10g(2) , szynka farmerska 40g(1,2,11,13) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , Salatka z pomidorem, salata zieloną i pestkami dyni 100g* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2533.47 kcal; Białko ogółem: 103.70 g; Tłuszcz: 66.04 g; Węglowodany ogółem: 384.11 g; Sól: 7.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.34 g; suma cukrów prostych: 128.84 g; Błonnik pokarmowy: 28.09 g;

sobota 2024-02-17

Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3

Masło 10g(2) , szynka na kartki 40g (1,2,11,13) , serek homo waniliowy 60g , Herbata 250g , Ryż na mleku 350 ml*(2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , Pomidor 50g ,	Banan 1 szt , Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13) , Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13) , Kompot z owoców mroż. 250g* , bukiet warzyw królewski 120g , ziemniaki 250g(2) ,	Salatka z pomidorem, salata zieloną i pestkami dyni 100g* , Herbata 250g , Masło 10g(2) , szynka farmerska 40g(1,2,11,13) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2533.47 kcal; Białko ogółem: 103.70 g; Tłuszcz: 66.04 g; Węglowodany ogółem: 384.11 g; Sól: 7.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.34 g; suma cukrów prostych: 128.84 g; Błonnik pokarmowy: 28.09 g;

sobota 2024-02-17

Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6

kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) , chleb żytni 3 kromki 90g (1) (1) , Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1) (1) , szynka na kartki 40g (1,2,11,13) , serek homog. nat. 60g.(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1) , ogórek zielony 50g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13) , ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* , gruszka 1 szt. , surówka z kap. pekińskiej 120g , Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13) ,	Salatka z rzodkiewki, salaty i nasionami słonecznika 100g* , Masło 10g(2) , chleb żytni 3 kromki 90g (1) (1) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1) , szynka farmerska 40g(1,2,11,13) , Herbata b/c 250g , Jogurt naturalny 150g ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , salatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, roszką i pomidorem 100g ,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g* , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2408.98 kcal; Białko ogółem: 103.11 g; Tłuszcz: 78.42 g; Węglowodany ogółem: 332.49 g; Sól: 10.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.47 g; suma cukrów prostych: 74.31 g; Błonnik pokarmowy: 35.82 g;

sobota 2024-02-17

Jadłospis dla diety: Papkowata 12

Herbata z cukrem 250ml* , Ryż na ml, jajo, masło 350ml ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , Kompot z owoców mroż. 250g* , marchew gotowana 120g (1,2) ,	Herbata z cukrem 250ml* , Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , Ziemniaki 200g* (2) , marchew gotowana 120g (1,2) , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1716.24 kcal; Białko ogółem: 92.01 g; Tłuszcz: 60.98 g; Węglowodany ogółem: 209.86 g; Sól: 4.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.86 g; suma cukrów prostych: 63.91 g; Błonnik pokarmowy: 23.65 g;

sobota 2024-02-17

Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14

Jadłospisy dla oddziałów

Herbata z cukrem 250ml* , Ryż na ml, jajo,masło 350ml ,	Szpinakowa z ziemn.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) , marchew gotowana 120g (1,2) , Mięso mielone drobiowe 90g* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1447.59 kcal; Białko ogółem: 85.80 g; Tłuszcz: 60.38 g; Węglowodany ogółem: 147.62 g; Sól: 3.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.65 g; suma cukrów prostych: 62.27 g; Błonnik pokarmowy: 18.85 g;

sobota 2024-02-17 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
Herbata 250g , Masło 10g(2) , serek homo waniliowy 60g , szynka na kartki 40g (1,2,11,13) , ogórek zielony 50g , Ryż na mleku 350 ml*(2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1) (1),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13) , ziemniaki 250g(2) , Zraz 90g w sosie myśliwskim 100g , Kompot z owoców mroż. 250g* , gruszka 1 szt. , surówka z kap. pekińskiej 120g , ziemniaki 250g(2)	Masło 10g(2) , szynka farmerska 40g(1,2,11,13) , Salátka z rzodkiewki, salaty i nasionami słonecznika 100g* , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), Herbata 250g , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , salátka z kaszą kuskus i tuńczykiem, roszponką i pomidorem 100g ,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3191.46 kcal; Białko ogółem: 118.54 g; Tłuszcz: 93.73 g; Węglowodany ogółem: 469.63 g; Sól: 13.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.13 g; suma cukrów prostych: 123.04 g; Błonnik pokarmowy: 38.85 g;

sobota 2024-02-17 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Masło 10g(2) , szynka na kartki 40g (1,2,11,13) , serek homo waniliowy 60g , Herbata 250g , Ryż na mleku 350 ml*(2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), Pomidor 50g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13) , Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13) , Kompot z owoców mroż. 250g* , Banan 1 szt , bukiet warzyw królewski 120g , ziemniaki 250g(2) ,	Herbata 250g , Masło 10g(2) , szynka farmerska 40g(1,2,11,13) , Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g* , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) ,
II Śniadanie: salátka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g , sok warzywny 300ml 1 szt.		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2755.96 kcal; Białko ogółem: 112.56 g; Tłuszcz: 79.19 g; Węglowodany ogółem: 396.34 g; Sól: 11.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.02 g; suma cukrów prostych: 139.80 g; Błonnik pokarmowy: 29.96 g;

sobota 2024-02-17 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) , chleb żytni 3 kromki 90g (1) (1), Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1) (1), szynka na kartki 40g (1,2,11,13) , serek homog. nat. 60g.(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1), ogórek zielony 50g ,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13) , ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* , gruszka 1 szt. , surówka z kap. pekińskiej 120g , Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13) ,	Masło 10g(2) , chleb żytni 3 kromki 90g (1) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13) , Herbata b/c 250g , Jogurt naturalny 150g , Salátka z rzodkiewki, salaty i nasionami słonecznika 100g* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , salátka z kaszą kuskus i tuńczykiem, roszponką i pomidorem 100g ,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2408.98 kcal; Białko ogółem: 103.11 g; Tłuszcz: 78.42 g; Węglowodany ogółem: 332.49 g; Sól: 10.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.47 g; suma cukrów prostych: 74.31 g; Błonnik pokarmowy: 35.82 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

**Śniadanie
II Śniadanie**

**Obiad
Podwieczorek**

**Kolacja
Posilek nocny**

niedziela 2024-02-18

Jadłospis dla diety: Podstawowa 1

Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g(2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), ser topiony 2 szt. 34g 92), Pomidor 50g, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1) (1),

Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g(2), Marchewka z groszkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, jabłko deserowe 1 szt. ,

Masło 10g(2), Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem 60g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), Jogurt naturalny 150g, Salátka z papryki, roszonek z pestkami dyni 100g*,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2872.17 kcal; Białko ogółem: 140.01 g; Tłuszcz: 108.97 g; Węglowodany ogółem: 336.67 g; Sól: 8.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.39 g; suma cukrów prostych: 79.00 g; Błonnik pokarmowy: 30.49 g;

niedziela 2024-02-18

Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2

Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), Masło 10g(2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g ,

Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g(2), jabłko deserowe 1 szt. ,

Twarożek z koperkiem 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), Jogurt naturalny 150g, Salátka z roszoneką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 35177.67 kcal; Białko ogółem: 1136.55 g; Tłuszcz: 380.50 g; Węglowodany ogółem: 6486.58 g; Sól: 199.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 144.57 g; suma cukrów prostych: 231.00 g; Błonnik pokarmowy: 309.57 g;

niedziela 2024-02-18

Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3

Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), Masło 10g(2), serek wiejski 60g (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g ,

Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g(2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, jabłko

Salátka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Twarożek z koperkiem 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), Jogurt naturalny 150g ,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 34915.32 kcal; Białko ogółem: 1121.97 g; Tłuszcz: 357.57 g; Węglowodany ogółem: 6487.32 g; Sól: 198.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 136.19 g; suma cukrów prostych: 231.42 g; Błonnik pokarmowy: 309.63 g;

niedziela 2024-02-18

Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6

kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (1), Masło 10g(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Pomidor 50g, serek wiejski 60g (2),

Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g(2), salátka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,

chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1) (1), Masło 10g(2), Salátka z papryki, roszonek z pestkami dyni 100g*, Twarożek z koperkiem 60g (2), Herbata b/c 250g, Jogurt naturalny 150g ,

II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g ,

Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2622.33 kcal; Białko ogółem: 138.15 g; Tłuszcz: 116.98 g; Węglowodany ogółem: 260.46 g; Sól: 10.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.60 g; suma cukrów prostych: 77.73 g; Błonnik pokarmowy: 28.99 g;

niedziela 2024-02-18

Jadłospis dla diety: Papkowata 12

Herbata 250g, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml*,

Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), jarzynka

Herbata 250g, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Jogurt naturalny 150g ,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1688.64 kcal; Białko ogółem: 105.95 g; Tłuszcz: 73.44 g; Węglowodany ogółem: 158.52 g; Sól: 2.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.52 g; suma cukrów prostych: 85.50 g; Błonnik pokarmowy: 19.51 g;

niedziela 2024-02-18

Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14

Jadłospisy dla oddziałów

Herbata z cukrem 250ml* , Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* ,	Kompot z owoców mroż. 250g* , Mięso mielone drobiowe 90g* , Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13) , jarzynka gotowana 120g (1,2,13) ,	Herbata z cukrem 250ml* , Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , jarzynka gotowana 120g (1,2,13) , Jogurt naturalny 150g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , mus warzywno-owocowy 100g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1477.30 kcal; Białko ogółem: 104.22 g; Tłuszcz: 70.77 g; Węglowodany ogółem: 111.81 g; Sól: 2.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.65 g; suma cukrów prostych: 58.03 g; Błonnik pokarmowy: 16.36 g;

niedziela 2024-02-18 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) , Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8) , ser topiony 2 szt. 34g 92) , Pomidor 50g , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , chleb żytni 1 kromka 35g (1) (1) ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13) , Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8) , ziemniaki 250g(2) , Marchewka z groszkiem 120g , Kompot z owoców mroż. 250g* , jabłko deserowe 1 szt. ,	Salatka z papryki,roszponki z pestkami dyni 100g* , Masło 10g(2) , Herbata z cukrem 250ml* , Twarożek z koperkiem 60g (2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , Jogurt naturalny 150g ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3079.22 kcal; Białko ogółem: 147.15 g; Tłuszcz: 121.54 g; Węglowodany ogółem: 348.05 g; Sól: 13.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.64 g; suma cukrów prostych: 89.15 g; Błonnik pokarmowy: 32.56 g;

niedziela 2024-02-18 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , Masło 10g(2) , Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8) , Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2) , serek wiejski 60g (2) , Pomidor 50g ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13) , Udko gotowane 1szt 200g , marchew gotowana 120g (1,2) , Kompot z owoców mroż. 250g* , ziemniaki 250g(2) , jabłko	Salatka z roszponką, pomidorem i pestkami dyni 100g* , Twarożek z koperkiem 60g (2) , Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , Jogurt naturalny 150g ,
II Śniadanie: Salatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g , sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 35382.32 kcal; Białko ogółem: 1143.62 g; Tłuszcz: 393.26 g; Węglowodany ogółem: 6496.90 g; Sól: 203.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 147.22 g; suma cukrów prostych: 240.81 g; Błonnik pokarmowy: 311.45 g;

niedziela 2024-02-18 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) , chleb żytni 3 kromki 90g (1) (1) , Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1) , Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8) , Pomidor 50g , serek wiejski 60g (2) ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13) , Udko gotowane 1szt 200g , ziemniaki 250g(2) , salatka z buraków 120g (3,11,13) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* , jabłko deserowe 1 szt. ,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1) , chleb żytni 3 kromki 90g (1) (1) , Masło 10g(2) , Twarożek z koperkiem 60g (2) , Herbata b/c 250g , Jogurt naturalny 150g , Salatka z papryki,roszponki z pestkami dyni 100g* ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml* , mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2622.33 kcal; Białko ogółem: 138.15 g; Tłuszcz: 116.98 g; Węglowodany ogółem: 260.46 g; Sól: 10.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.60 g; suma cukrów prostych: 77.73 g; Błonnik pokarmowy: 28.99 g;