

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), Pomidor 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Bułka kajzerka 50g (1), ser topiony 2 szt. 34g 92),	Zupa minestrone 350ml (1,2,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Banan 1 szt, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z rozszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Bułka kajzerka 50g (1), ogórek kiszony 1 szt., chleb żytni 1 kromka 35g (1),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3156.66 kcal; Białko ogółem: 95.74 g; Tłuszcz: 71.83 g; Węglowodany ogółem: 546.27 g; Sól: 7.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.09 g; suma cukrów prostych: 143.81 g; Błonnik pokarmowy: 49.85 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Bułka kajzerka 50g (1), twarożek 60g (2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 120g*, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z rozszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Bułka kajzerka 50g (1),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2804.14 kcal; Białko ogółem: 96.63 g; Tłuszcz: 81.41 g; Węglowodany ogółem: 426.00 g; Sól: 6.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.99 g; suma cukrów prostych: 128.61 g; Błonnik pokarmowy: 30.51 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), twarożek 60g (2), Pomidor 50g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Bułka kajzerka 50g (1), szynka na kartki 40g (1,2,11,13),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 120g*, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Sałatka z rozszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Bułka kajzerka 50g (1),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2804.14 kcal; Białko ogółem: 96.63 g; Tłuszcz: 81.41 g; Węglowodany ogółem: 426.00 g; Sól: 6.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.99 g; suma cukrów prostych: 128.61 g; Błonnik pokarmowy: 30.51 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g, twarożek 60g (2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, pomarańcza 1 szt, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata b/c 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 150g, Sałatka z rozszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*.
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka makaronowa z sałata, pomidorem i fasolą czerwoną 100g* (1), kiwi 1szt.,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2372.66 kcal; Białko ogółem: 94.86 g; Tłuszcz: 71.98 g; Węglowodany ogółem: 348.40 g; Sól: 8.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.09 g; suma cukrów prostych: 81.98 g; Błonnik pokarmowy: 40.81 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo,masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), ziemniaki 250g(2) ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2643.09 kcal; Białko ogółem: 132.83 g; Tłuszcz: 86.16 g; Węglowodany ogółem: 348.52 g; Sól: 3.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.05 g; suma cukrów prostych: 80.83 g; Błonnik pokarmowy: 33.96 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo,masło 350ml,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Sałata zielona z sosem winegret 120g*, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), ziemniaki 250g(2) ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2527.71 kcal; Białko ogółem: 127.51 g; Tłuszcz: 91.06 g; Węglowodany ogółem: 313.35 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.77 g; suma cukrów prostych: 75.72 g; Błonnik pokarmowy: 30.29 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), Pomidor 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Bułka kajzerka 50g (1), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), ser topiony 2 szt. 34g 92),	Zupa minestrone 350ml (1,2,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Banan 1 szt, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Bułka kajzerka 50g (1), ogórek kiszony 1 szt., chleb żytni 1 kromka 35g (1),
II Śniadanie: Sałatka makaronowa z sałatą, pomidorem i fasolą czerwoną 100g* (1), sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posilek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2942.90 kcal; Białko ogółem: 107.94 g; Tłuszcz: 77.41 g; Węglowodany ogółem: 460.86 g; Sól: 11.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.76 g; suma cukrów prostych: 138.90 g; Błonnik pokarmowy: 49.92 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Bułka kajzerka 50g (1), twarożek 60g (2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 250g(2), surówka z owoców mroż. 250ml*, Sałatka zielona z ogórkiem kiszonym 120g*, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Bułka kajzerka 50g (1),
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka makaronowa z sałatą, pomidorem i jajkiem 100g* (1,3),		Posilek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2735.68 kcal; Białko ogółem: 100.89 g; Tłuszcz: 85.92 g; Węglowodany ogółem: 387.80 g; Sól: 9.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.13 g; suma cukrów prostych: 124.34 g; Błonnik pokarmowy: 30.99 g;

poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g, twarożek 60g (2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, ziemniaki 250g(2) , surówka z marchewki z jabłkiem 120g, pomarańcza 1 szt,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 150g, Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,
II Śniadanie: kiwi 1szt., Sałatka makaronowa z sałatą, pomidorem i fasolą czerwoną 100g* (1), sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posilek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2372.66 kcal; Białko ogółem: 94.86 g; Tłuszcz: 71.98 g; Węglowodany ogółem: 348.40 g; Sól: 8.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.09 g; suma cukrów prostych: 81.98 g; Błonnik pokarmowy: 40.81 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka świeża 50g., filet pieczony z indyka 40g , serek homo waniliowy 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 90g w sosie wł.(1,13) , Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml* , grejfrut 1 szt, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopočka 40g (8), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z sałaty, ogórka zielonego i pestkami dyni 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2938.37 kcal; Białko ogółem: 139.32 g; Tłuszcz: 81.32 g; Węglowodany ogółem: 415.66 g; Sól: 7.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.53 g; suma cukrów prostych: 103.12 g; Błonnik pokarmowy: 38.43 g;

wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g , Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), serek homo waniliowy 60g (2), Pomidor 50g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml* , grejfrut 1 szt, ziemniaki 250g(2) , Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopočka 40g (8), Bułka kajzerka 50g (1), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*.
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2792.03 kcal; Białko ogółem: 138.36 g; Tłuszcz: 69.40 g; Węglowodany ogółem: 399.51 g; Sól: 7.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.84 g; suma cukrów prostych: 97.55 g; Błonnik pokarmowy: 33.51 g;

wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g , serek homo waniliowy 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml* , grejfrut 1 szt, ziemniaki 250g(2) , Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopočka 40g (8), Bułka kajzerka 50g (1), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*.
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2792.03 kcal; Białko ogółem: 138.36 g; Tłuszcz: 69.40 g; Węglowodany ogółem: 399.51 g; Sól: 7.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.84 g; suma cukrów prostych: 97.55 g; Błonnik pokarmowy: 33.51 g;

wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka świeża 50g., filet pieczony z indyka 40g , serek homog. nat. 60g.(2), II Śniadanie: jabłko deserowe 1 szt. , sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4).	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. b/c 250ml* , grejfrut 1 szt, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), ziemniaki 250g(2) ,	Herbata b/c 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Polędwica sopočka 40g (8), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z sałaty, ogórka zielonego i pestkami dyni 100g*.
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2643.19 kcal; Białko ogółem: 127.89 g; Tłuszcz: 85.12 g; Węglowodany ogółem: 348.48 g; Sól: 8.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.03 g; suma cukrów prostych: 100.42 g; Błonnik pokarmowy: 39.64 g;

wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Platki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jarzynka gotowana 150g*, Kompot z owoców mroż. 250ml* , Masło 15g*(2), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jarzynka gotowana 150g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2265.10 kcal; Białko ogółem: 118.44 g; Tłuszcz: 91.46 g; Węglowodany ogółem: 255.05 g; Sól: 4.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.59 g; suma cukrów prostych: 67.19 g; Błonnik pokarmowy: 29.46 g;

wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Platki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml* , Mięso mielone drobiowe 90g*, Jarzynka gotowana 150g*, Masło 15g*(2), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Jarzynka gotowana 150g*.
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2265.10 kcal; Białko ogółem: 118.44 g; Tłuszcz: 91.46 g; Węglowodany ogółem: 255.05 g; Sól: 4.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.59 g; suma cukrów prostych: 67.19 g; Błonnik pokarmowy: 29.46 g;

wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka świeża 50g., filet pieczony z indyka 40g , serek homo waniliowy 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1).	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 90g w sosie wł.(1,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, grejfrut 1 szt, ziemniaki 250g(2) , Surówka z czerwonej kapusty 120 g.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopocka 40g (8), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z salaty, ogórka zielonego i pestkami dyni 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g.
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4).		Posilek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3160.36 kcal; Białko ogółem: 148.19 g; Tłuszcz: 94.68 g; Węglowodany ogółem: 427.23 g; Sól: 10.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.61 g; suma cukrów prostych: 114.02 g; Błonnik pokarmowy: 40.23 g;

wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: Poloźniczy Lekkostrawna C2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), serek homo waniliowy 60g (2), Pomidor 50g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, grejfrut 1 szt, ziemniaki 250g(2) , Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), brokuły z wody 120 g.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopocka 40g (8), Bułka kajzerka 50g (1), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*.
II Śniadanie: sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4), sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posilek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3014.02 kcal; Białko ogółem: 147.23 g; Tłuszcz: 82.76 g; Węglowodany ogółem: 411.08 g; Sól: 11.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.93 g; suma cukrów prostych: 108.45 g; Błonnik pokarmowy: 35.31 g;

wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: Poloźniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka świeża 50g., filet pieczony z indyka 40g , serek homog. nat. 60g.(2).	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, grejfrut 1 szt, ziemniaki 250g(2) , Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Surówka z czerwonej kapusty 120 g.	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Polędwica sopocka 40g (8), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z salaty, ogórka zielonego i pestkami dyni 100g*.
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4), jabłko deserowe 1 szt. ,		Posilek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2643.19 kcal; Białko ogółem: 127.89 g; Tłuszcz: 85.12 g; Węglowodany ogółem: 348.48 g; Sól: 8.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.03 g; suma cukrów prostych: 100.42 g; Błonnik pokarmowy: 39.64 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Ser żółty 50g(2), Pomidor 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kotlet schabowy - 100 (1,2,3), ziemniaki 250g(2) , Surówka z selera z rodzynkami 120g* (2), kiwi 1szt., Kompot z owoców mroż. 250ml* ,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), Napój roślinny 330ml*, Sałatka z papryką, rukolą i nasionami słonecznika 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), ogórek zielony 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2975.28 kcal; Białko ogółem: 128.32 g; Tłuszcz: 91.44 g; Węglowodany ogółem: 416.56 g; Sól: 10.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.86 g; suma cukrów prostych: 105.19 g; Błonnik pokarmowy: 36.59 g;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Twarożek z koperkiem 60g (2), Pomidor 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml* , ziemniaki 250g(2) , schab gotowany 90g, bukiet warzyw królewski 120g, Banan 1 szt, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), Napój roślinny 330ml*, Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g* ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2636.64 kcal; Białko ogółem: 118.52 g; Tłuszcz: 73.26 g; Węglowodany ogółem: 379.02 g; Sól: 7.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.75 g; suma cukrów prostych: 127.20 g; Błonnik pokarmowy: 28.89 g;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Twarożek z koperkiem 60g (2), Pomidor 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, Kompot z owoców mroż. 250ml* , ziemniaki 250g(2) , bukiet warzyw królewski 120g, Banan 1 szt, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), Napój roślinny 330ml*, Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g* ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2636.64 kcal; Białko ogółem: 118.52 g; Tłuszcz: 73.26 g; Węglowodany ogółem: 379.02 g; Sól: 7.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.75 g; suma cukrów prostych: 127.20 g; Błonnik pokarmowy: 28.89 g;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g, masło 10g - 1 szt. (2), Ser żółty 50g(2), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z makaronem orzo, brokulem, jajakiem i szpinakiem baby 100g* (1,3), mandarynka 2 szt.,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, Kompot z owoców mroż. b/c 250ml* , bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g(2) , kiwi 1szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata b/c 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), Napój roślinny b/c 330ml*, Sałatka z papryką, rukolą i nasionami słonecznika 100g* ,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g* , Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2460.43 kcal; Białko ogółem: 114.00 g; Tłuszcz: 88.37 g; Węglowodany ogółem: 311.61 g; Sól: 9.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.25 g; suma cukrów prostych: 84.56 g; Błonnik pokarmowy: 35.39 g;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g* , Kompot z owoców mroż. 250ml* , bukiet warzyw królewski 120g, Ziemniaki 200g* (2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Mięso mielone drobiowe 90g* , Herbata z cukrem 250ml* , Napój roślinny 330ml* ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2060.98 kcal; Białko ogółem: 115.31 g; Tłuszcz: 81.65 g; Węglowodany ogółem: 225.55 g; Sól: 2.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.13 g; suma cukrów prostych: 91.04 g; Błonnik pokarmowy: 24.21 g;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g* , bukiet warzyw królewski 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml* , Ziemniaki 200g* (2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g* , bukiet warzyw królewski 120g, Napój roślinny 330ml* , Herbata z cukrem 250ml* ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml* ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2060.98 kcal; Białko ogółem: 115.31 g; Tłuszcz: 81.65 g; Węglowodany ogółem: 225.55 g; Sól: 2.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.13 g; suma cukrów prostych: 91.04 g; Błonnik pokarmowy: 24.21 g;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Ryż na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Ser żółty 50g(2), Pomidor 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kotlet schabowy - 100 (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2) , Surówka z selera z rodzynkami 120g* (2), kiwi 1szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), Napój roślinny 330ml*, Sałatka z papryką, rukolą i nasionami słonecznika 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), ogórek zielony 50g,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z makaronem orzo, brokulem, jajakiem i szpinakiem baby 100g* (1,3),		Posilek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3238.47 kcal; Białko ogółem: 139.38 g; Tłuszcz: 108.03 g; Węglowodany ogółem: 429.27 g; Sól: 13.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.18 g; suma cukrów prostych: 115.90 g; Błonnik pokarmowy: 39.32 g;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Poloźniczy Lekkostrawna C2		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Twarożek z koperkiem 60g (2), Pomidor 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2) , schab gotowany 90g, bukiet warzyw królewski 120g, Banan 1 szt, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), Napój roślinny 330ml*, Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*,
II Śniadanie: Sałatka z makaronem orzo, brokulem, jajakiem i szpinakiem baby 100g* (1,3), sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posilek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2899.83 kcal; Białko ogółem: 129.58 g; Tłuszcz: 89.85 g; Węglowodany ogółem: 391.73 g; Sól: 10.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.07 g; suma cukrów prostych: 137.91 g; Błonnik pokarmowy: 31.62 g;

środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: Poloźniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g, masło 10g - 1 szt. (2), Ser żółty 50g(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g(2) , kiwi 1szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), Napój roślinny b/c 330ml*, Sałatka z papryką, rukolą i nasionami słonecznika 100g*,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z makaronem orzo, brokulem, jajakiem i szpinakiem baby 100g* (1,3), mandarynka 2 szt.,		Posilek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2460.43 kcal; Białko ogółem: 114.00 g; Tłuszcz: 88.37 g; Węglowodany ogółem: 311.61 g; Sól: 9.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.25 g; suma cukrów prostych: 84.56 g; Błonnik pokarmowy: 35.39 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

**Śniadanie
II Śniadanie**

**Obiad
Podwieczorek**

**Kolacja
Posilek nocny**

czwartek 2024-05-02

Jadłospis dla diety: Podstawowa 1

kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), schab na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1).

Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Gulasz wieprzowy z łopatki 160g*(1), surówka z ogórka kisz. 120g(3,11,13), Kasza jęczmienna 200 g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynka 2 szt.,

Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser żółty 50g(2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Salatka z roszponką, pomidorem i pestkami dynii 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka św. 50g.

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2919.33 kcal; Białko ogółem: 142.62 g; Tłuszcz: 102.90 g; Węglowodany ogółem: 360.48 g; Sól: 9.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.07 g; suma cukrów prostych: 78.25 g; Błonnik pokarmowy: 31.43 g;

czwartek 2024-05-02

Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2

kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), serek wiejski 60g (2), schab na kartki 40g, Pomidor 50g.

Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , Kasza jęczmienna 200 g(1), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynka 2 szt.,

Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopočka 40g (8), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Salatka z roszponką, pomidorem i pestkami dynii 100g*.

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2164.35 kcal; Białko ogółem: 85.17 g; Tłuszcz: 68.74 g; Węglowodany ogółem: 298.29 g; Sól: 7.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.75 g; suma cukrów prostych: 77.12 g; Błonnik pokarmowy: 25.73 g;

czwartek 2024-05-02

Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3

kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), serek wiejski 60g (2), schab na kartki 40g, Pomidor 50g.

Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , Kasza jęczmienna 200 g(1), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynka 2 szt.,

Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopočka 40g (8), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Salatka z roszponką, pomidorem i pestkami dynii 100g*.

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2164.35 kcal; Białko ogółem: 85.17 g; Tłuszcz: 68.74 g; Węglowodany ogółem: 298.29 g; Sól: 7.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.75 g; suma cukrów prostych: 77.12 g; Błonnik pokarmowy: 25.73 g;

czwartek 2024-05-02

Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6

kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), schab na kartki 40g.

Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , kasza gryczana 200g, surówka z ogórka kisz. 120g(3,11,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, mandarynka 2 szt.,

Herbata b/c 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Ser żółty 50g(2), Jogurt naturalny 150g, Salatka z roszponką, pomidorem i pestkami dynii 100g*.

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

II Śniadanie: pomarańcza 1 szt, sok warzywny 300ml 1 szt. , Salatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2415.10 kcal; Białko ogółem: 110.66 g; Tłuszcz: 94.35 g; Węglowodany ogółem: 289.83 g; Sól: 9.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.14 g; suma cukrów prostych: 74.86 g; Błonnik pokarmowy: 33.49 g;

czwartek 2024-05-02

Jadłospis dla diety: Papkowata 12

Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*.

Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 150g(1,2), Ziemniaki 200g* (2).

Herbata z cukrem 250ml*, Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 150g(1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2137.12 kcal; Białko ogółem: 119.86 g; Tłuszcz: 78.16 g; Węglowodany ogółem: 251.27 g; Sól: 4.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.66 g; suma cukrów prostych: 85.75 g; Błonnik pokarmowy: 29.20 g;

czwartek 2024-05-02

Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14

Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*.

Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2).

Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., buraczki gotowane 150g(1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*.

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2137.12 kcal; Białko ogółem: 119.86 g; Tłuszcz: 78.16 g; Węglowodany ogółem: 251.27 g; Sól: 4.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.66 g; suma cukrów prostych: 85.75 g; Błonnik pokarmowy: 29.20 g;

czwartek 2024-05-02

Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1

kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), schab na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1).

Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Gulasz wieprzowy z łopatki 160g*(1), surówka z ogórka kisz. 120g(3,11,13), Kasza jęczmienna 200 g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynka 2 szt.,

Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser żółty 50g(2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Salatka z roszponką, pomidorem i pestkami dynii 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka św. 50g.

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*,		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus- owsianka 100g.
---	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3150.73 kcal; Białko ogółem: 154.13 g; Tłuszcz: 114.86 g; Węglowodany ogółem: 375.10 g; Sól: 12.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.96 g; suma cukrów prostych: 89.11 g; Błonnik pokarmowy: 33.67 g;

czwartek 2024-05-02	Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2	
----------------------------	--	--

kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), serek wiejski 60g (2), schab na kartki 40g, Pomidor 50g.	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , Kasza jęczmienna 200 g(1), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynka 2 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopocka 40g (8), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z roszką, pomidorem i pestkami dyni 100g*.
--	---	--

II Śniadanie: Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus- owsianka 100g.
---	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2395.74 kcal; Białko ogółem: 96.68 g; Tłuszcz: 80.70 g; Węglowodany ogółem: 312.91 g; Sól: 10.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.65 g; suma cukrów prostych: 87.98 g; Błonnik pokarmowy: 27.97 g;

czwartek 2024-05-02	Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3	
----------------------------	--	--

kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), schab na kartki 40g.	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , kasza gryczana 200g, surówka z ogórka kisz. 120g(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mandarynka 2 szt.,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Ser żółty 50g(2), Jogurt naturalny 150g, Sałatka z roszką, pomidorem i pestkami dyni 100g*.
---	---	---

II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, pomarańcza 1 szt.		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus- owsianka 100g.
---	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2415.10 kcal; Białko ogółem: 110.66 g; Tłuszcz: 94.35 g; Węglowodany ogółem: 289.83 g; Sól: 9.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.14 g; suma cukrów prostych: 74.86 g; Błonnik pokarmowy: 33.49 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

**Śniadanie
II Śniadanie**

**Obiad
Podwieczorek**

**Kolacja
Posilek nocny**

piątek 2024-05-03

Jadłospis dla diety: Podstawowa 1

Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), papryka świeża 50g., chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), miód 2szt. (50g), chleb żytni 1 kromka 35g (1),

pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny smaż. 100g (1,3,4,13,8), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gruszka 1 szt., surówka z kap. pekińskiej 120g, ziemniaki 250g(2) ,

Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Salátka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Ogórek konserwowy 50g* (11),

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2909.11 kcal; Białko ogółem: 119.88 g; Tłuszcz: 68.83 g; Węglowodany ogółem: 463.74 g; Sól: 7.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.58 g; suma cukrów prostych: 116.42 g; Błonnik pokarmowy: 35.48 g;

piątek 2024-05-03

Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2

Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), miód 2szt. (50g), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g,

pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, grejfrut 150g , salátka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos koperkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g(2) ,

Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Salátka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2721.49 kcal; Białko ogółem: 115.01 g; Tłuszcz: 67.82 g; Węglowodany ogółem: 423.43 g; Sól: 6.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.58 g; suma cukrów prostych: 108.75 g; Błonnik pokarmowy: 33.90 g;

piątek 2024-05-03

Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3

Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), miód 2szt. (50g), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g,

pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, grejfrut 150g , salátka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos koperkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g(2) ,

Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Salátka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2721.49 kcal; Białko ogółem: 115.01 g; Tłuszcz: 67.82 g; Węglowodany ogółem: 423.43 g; Sól: 6.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.58 g; suma cukrów prostych: 108.75 g; Błonnik pokarmowy: 33.90 g;

piątek 2024-05-03

Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6

chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), papryka świeża 50g , kakao b/c 250ml (2), twaróg krajanka 50g(2), połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13),

pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, gruszka 1 szt., ziemniaki 250g(2) , surówka z kap. pekińskiej 120g, Sos koperkowy 100g (1,2),

Herbata b/c 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), filet pieczony z indyka 40g , Salátka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt naturalny 150g,

II Śniadanie: Salátka z kaszą gryczaną, rukolą i soczewicą 100g* (8), sok warzywny 300ml 1 szt. , jabłko deserowe 1 szt.

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2375.14 kcal; Białko ogółem: 111.28 g; Tłuszcz: 70.34 g; Węglowodany ogółem: 335.54 g; Sól: 8.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.99 g; suma cukrów prostych: 91.53 g; Błonnik pokarmowy: 38.54 g;

piątek 2024-05-03

Jadłospis dla diety: Papkowata 12

kakao 250ml(2), Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml*,

Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2),

pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2012.14 kcal; Białko ogółem: 120.22 g; Tłuszcz: 78.05 g; Węglowodany ogółem: 217.34 g; Sól: 2.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.03 g; suma cukrów prostych: 92.07 g; Błonnik pokarmowy: 23.90 g;

piątek 2024-05-03

Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14

kakao 250ml(2), Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml*,

Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2),

Herbata z cukrem 250ml*, pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2012.14 kcal; Białko ogółem: 120.22 g; Tłuszcz: 78.05 g; Węglowodany ogółem: 217.34 g; Sól: 2.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.03 g; suma cukrów prostych: 92.07 g; Błonnik pokarmowy: 23.90 g;

piątek 2024-05-03

Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1

Jadłospisy dla oddziałów

Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), papryka świeża 50g., chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), chleb żytni 1 kromka 35g (1).	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny smaż. 100g (1,3,4,13,8), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gruszka 1 szt., surówka z kap. pekińskiej 120g, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt., chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Salátka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Ogórek konserwowy 50g* (11).
II Śniadanie: Salátka z kaszą gryczaną, rukolą i soczewicą 100g* (8), sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posilek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3099.40 kcal; Białko ogółem: 138.01 g; Tłuszcz: 82.66 g; Węglowodany ogółem: 458.29 g; Sól: 11.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.24 g; suma cukrów prostych: 125.32 g; Błonnik pokarmowy: 39.94 g;

piątek 2024-05-03 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kakao 250ml(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g.	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, grejfrut 150g , salátka z selera z jabłkiem 120g (13), ziemniaki 250g(2) , Sos koperkowy 100g (1,2).	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt., chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Salátka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z kaszą jęczmienną, pomidorem, rukolą i jajkiem 100g* (1,3).		Posilek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2785.28 kcal; Białko ogółem: 124.78 g; Tłuszcz: 80.59 g; Węglowodany ogółem: 395.85 g; Sól: 10.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.09 g; suma cukrów prostych: 118.65 g; Błonnik pokarmowy: 35.70 g;

piątek 2024-05-03 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), papryka świeża 50g., kakao bez cukru 250ml (2), twaróg krajanka 50g(2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13).	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., surówka z kap. pekińskiej 120g, Sos koperkowy 100g (1,2).	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), filet pieczony z indyka 40g , Salátka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g* , Jogurt naturalny 150g.
II Śniadanie: Salátka z kaszą gryczaną, rukolą i soczewicą 100g* (8), sok warzywny 300ml 1 szt. , jabłko deserowe 1 szt.		Posilek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2375.14 kcal; Białko ogółem: 111.28 g; Tłuszcz: 70.34 g; Węglowodany ogółem: 335.54 g; Sól: 8.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.99 g; suma cukrów prostych: 91.53 g; Błonnik pokarmowy: 38.54 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-05-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), ogórek zielony 50g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1).	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kotlet mielony 100 g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , sałatka z buraków 120g (3,11,13), ziemniaki 250g(2) ,	Salatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb żytni 1 kromka 35g (1). Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2721.95 kcal; Białko ogółem: 93.66 g; Tłuszcz: 80.83 g; Węglowodany ogółem: 410.96 g; Sól: 7.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.45 g; suma cukrów prostych: 106.43 g; Błonnik pokarmowy: 33.91 g;

sobota 2024-05-04 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Herbata 250g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g.	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , buraczki gotowane 120g (1,2), ziemniaki 250g(2) ,	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2270.05 kcal; Białko ogółem: 79.96 g; Tłuszcz: 59.56 g; Węglowodany ogółem: 354.90 g; Sól: 6.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.45 g; suma cukrów prostych: 103.89 g; Błonnik pokarmowy: 26.38 g;

sobota 2024-05-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Herbata 250g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g.	jabłko deserowe 1 szt. , Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), ziemniaki 250g(2) ,	Salatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2270.05 kcal; Białko ogółem: 79.96 g; Tłuszcz: 59.56 g; Węglowodany ogółem: 354.90 g; Sól: 6.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.45 g; suma cukrów prostych: 103.89 g; Błonnik pokarmowy: 26.38 g;

sobota 2024-05-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), ogórek zielony 50g.	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , sałatka z buraków 120g (3,11,13), ziemniaki 250g(2) ,	Salatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Herbata b/c 250g, Jogurt naturalny 150g.
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), mandarynka 2 szt.,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2325.61 kcal; Białko ogółem: 82.42 g; Tłuszcz: 76.17 g; Węglowodany ogółem: 337.18 g; Sól: 8.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.96 g; suma cukrów prostych: 84.24 g; Błonnik pokarmowy: 36.34 g;

sobota 2024-05-04 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. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g* (2).	Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1950.35 kcal; Białko ogółem: 104.66 g; Tłuszcz: 58.97 g; Węglowodany ogółem: 261.37 g; Sól: 1.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.73 g; suma cukrów prostych: 60.55 g; Błonnik pokarmowy: 25.86 g;

sobota 2024-05-04 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g* (2).	Ziemniaki 200g* (2), Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1950.35 kcal; Białko ogółem: 104.66 g; Tłuszcz: 58.97 g; Węglowodany ogółem: 261.37 g; Sól: 1.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.73 g; suma cukrów prostych: 60.55 g; Błonnik pokarmowy: 25.86 g;

sobota 2024-05-04 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), ogórek zielony 50g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1).	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kotlet mielony 100 g (1,2), ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , sałatka z buraków 120g (3,11,13).	masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Sałatka z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata 250g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pomidor 50g.
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1).		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2929.00 kcal; Białko ogółem: 100.81 g; Tłuszcz: 93.40 g; Węglowodany ogółem: 422.34 g; Sól: 11.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.69 g; suma cukrów prostych: 116.58 g; Błonnik pokarmowy: 35.98 g;

sobota 2024-05-04 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Herbata 250g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g.	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , buraczki gotowane 120g (1,2), ziemniaki 250g(2) , Pulpet drobiowy 100g (1,2,3).	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jogurt naturalny 150g(2) 1szt.
II Śniadanie: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), sok warzywny 300ml 1 szt. .		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2477.60 kcal; Białko ogółem: 87.09 g; Tłuszcz: 71.92 g; Węglowodany ogółem: 366.95 g; Sól: 10.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.29 g; suma cukrów prostych: 114.10 g; Błonnik pokarmowy: 28.52 g;

sobota 2024-05-04 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), ogórek zielony 50g.	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , sałatka z buraków 120g (3,11,13), ziemniaki 250g(2) . Pulpet drobiowy 100g (1,2,3).	masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Herbata bez cukru 250g, Jogurt naturalny 150g, Sałatka z rzodkiewki i salaty zielonej z pestkami dyni 100g*.
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), mandarynka 2 szt.		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2325.61 kcal; Białko ogółem: 82.42 g; Tłuszcz: 76.17 g; Węglowodany ogółem: 337.18 g; Sól: 8.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.96 g; suma cukrów prostych: 84.24 g; Błonnik pokarmowy: 36.34 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

**Śniadanie
II Śniadanie**

**Obiad
Podwieczorek**

**Kolacja
Posilek nocny**

niedziela 2024-05-05

Jadłospis dla diety: Podstawowa 1

Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1),

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

masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, pasta z sera topionego i wędliny 60g (1,2,3), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z papryki,roszponki z nasionami i słonecznika 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), ogórek zielony 50g,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3018.36 kcal; Białko ogółem: 146.33 g; Tłuszcz: 113.16 g; Węglowodany ogółem: 359.32 g; Sól: 10.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.09 g; suma cukrów prostych: 79.61 g; Błonnik pokarmowy: 32.98 g;

niedziela 2024-05-05

Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2

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

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

Polędwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z roszką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2788.49 kcal; Białko ogółem: 144.33 g; Tłuszcz: 107.55 g; Węglowodany ogółem: 307.20 g; Sól: 8.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.80 g; suma cukrów prostych: 74.01 g; Błonnik pokarmowy: 25.12 g;

niedziela 2024-05-05

Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3

Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), serek wiejski 60g (2), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g,

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

Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Polędwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2526.14 kcal; Białko ogółem: 129.75 g; Tłuszcz: 84.62 g; Węglowodany ogółem: 307.93 g; Sól: 7.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.42 g; suma cukrów prostych: 74.43 g; Błonnik pokarmowy: 25.18 g;

niedziela 2024-05-05

Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6

kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Pomidor 50g, serek wiejski 60g (2),

Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g(2), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt,

chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), Sałatka z papryki,roszponki z nasionami i słonecznika 100g*, Polędwica sopocka 40g (8), Herbata bez cukru 250g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2721.04 kcal; Białko ogółem: 144.35 g; Tłuszcz: 120.93 g; Węglowodany ogółem: 266.08 g; Sól: 10.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.29 g; suma cukrów prostych: 76.09 g; Błonnik pokarmowy: 29.85 g;

niedziela 2024-05-05

Jadłospis dla diety: Papkowata 12

Herbata 250g, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,

Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Ziemniaki 200g* (2),

Ziemniaki 200g* (2), Herbata 250g, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2125.45 kcal; Białko ogółem: 116.03 g; Tłuszcz: 80.46 g; Węglowodany ogółem: 244.24 g; Sól: 2.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.05 g; suma cukrów prostych: 80.58 g; Błonnik pokarmowy: 23.54 g;

niedziela 2024-05-05

Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14

Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,

Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Ziemniaki 200g* (2),

Ziemniaki 200g* (2), Herbata z cukrem 250ml*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2045.65 kcal; Białko ogółem: 116.03 g; Tłuszcz: 80.46 g; Węglowodany ogółem: 224.28 g; Sól: 2.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.05 g; suma cukrów prostych: 60.62 g; Błonnik pokarmowy: 23.54 g;

niedziela 2024-05-05

Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1

Jadłospisy dla oddziałów

Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g(2) , Marchewka z groszkiem 120g.(1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt,	Salatka z papryki,roszponki z nasionami i słonecznika 100g*, masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, pasta z sera topionego i wędliny 60g (1,2,3), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), ogórek zielony 50g.
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tuńczyka 100g* (4),		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3236.49 kcal; Białko ogółem: 158.07 g; Tłuszcz: 125.13 g; Węglowodany ogółem: 370.22 g; Sól: 13.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.68 g; suma cukrów prostych: 90.07 g; Błonnik pokarmowy: 34.91 g;

niedziela 2024-05-05 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2) , pomarańcza 1 szt,	Salatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Polędwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),
II Śniadanie: Salatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tuńczyka 100g* (4), sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3041.49 kcal; Białko ogółem: 156.28 g; Tłuszcz: 121.85 g; Węglowodany ogółem: 321.39 g; Sól: 11.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.03 g; suma cukrów prostych: 84.72 g; Błonnik pokarmowy: 27.07 g;

niedziela 2024-05-05 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Pomidor 50g, serek wiejski 60g (2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g(2) , surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopocka 40g (8), Herbata bez cukru 250g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Salatka z papryki,roszponki z nasionami i słonecznika 100g*,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tuńczyka 100g* (4), kiwi 1szt.,		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2721.04 kcal; Białko ogółem: 144.35 g; Tłuszcz: 120.93 g; Węglowodany ogółem: 266.08 g; Sól: 10.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.29 g; suma cukrów prostych: 76.09 g; Błonnik pokarmowy: 29.85 g;

Dietetyk

.....