

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-04		
Dieta: PODSTAWOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIE* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt. , BROKUŁY GOTOWANE 60g , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAKAO NA MLEKU Z/C* 250ml (<i>MLE</i>),	ZUPA ROSOLNIK* 400ml (<i>MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , KOTLET Z JAJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI ZASMAŻANE* 100g (<i>GLU</i>), SURÓWKA Z PORA, JABŁKA, MARCHWI I JABŁKA Z OLI* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIE* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATKA JARZYNOWA Z W* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , SER ŻÓŁTY 20g (<i>MLE</i>), Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWEGO, MEX , SAŁATA SZYNKOWA DĘB 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2522.81 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10223.71 kJ; Białko ogółem: 98.79 g; Tłuszcz: 97.77 g; Węglowodany ogółem: 327.24 g; suma cukrów prostych: 102.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.06 g; Błonnik pokarmowy: 31.97 g; Sól: 8.93 g;		
poniedziałek 2024-03-04		
Dieta: PODSTAWOWA BEZ MLEKA		
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350ml (<i>MLE, SEL</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIE* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt. , BROKUŁY GOTOWANE 60g , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA Z/C* 250ml ,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIANKI/ MLEKA* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , KOTLET Z JAJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI ZASMAŻANE* 100g (<i>GLU</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OLI* 100g , KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIE* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SZYNKOWA WP GOT B/SOLI* 60g , SAŁATKA JARZYNOWA B/ MLEKA* 120g (<i>JAJ, SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWEGO, MEX , SAŁATA SZYNKOWA DĘB 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2455.07 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9947.67 kJ; Białko ogółem: 97.85 g; Tłuszcz: 83.85 g; Węglowodany ogółem: 343.82 g; suma cukrów prostych: 71.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.50 g; Błonnik pokarmowy: 34.96 g; Sól: 7.63 g;		
poniedziałek 2024-03-04		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJE* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt. , POMIDOR 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAKAO NA MLEKU Z/C* 250ml (<i>MLE</i>),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIANKI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OLI* 100g , BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJE* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , Posiłek nocny: KANAPKA Z BULKI 50G, MEX, SAŁATA, SZYNKOWA DĘBOWA 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2370.50 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9615.84 kJ; Białko ogółem: 98.55 g; Tłuszcz: 70.64 g; Węglowodany ogółem: 350.67 g; suma cukrów prostych: 100.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.48 g; Błonnik pokarmowy: 31.15 g; Sól: 7.33 g;		
poniedziałek 2024-03-04		
Dieta: ŁATWOSTR. BEZ MLEKA		
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350ml (<i>MLE, SEL</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJE* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), HERBATA Z/C* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt. ,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMNIANKI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OLI* 100g , KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJE* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SCHAB GOT B/SOLI* 60g , SAŁATKA JARZYNOWA B/ MLEKA* 120g (<i>JAJ, SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BULKI 50G, MEX, SAŁATA, SZYNKOWA DĘBOWA 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2292.74 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9279.69 kJ; Białko ogółem: 101.80 g; Tłuszcz: 72.57 g; Węglowodany ogółem: 324.58 g; suma cukrów prostych: 71.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.49 g; Błonnik pokarmowy: 33.37 g; Sól: 6.96 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-04		
Dieta: ŁATWOSTR. POŁOŻNICZA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 20g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt. , MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 60g , POMIDOR B/SKÓRY 60g , KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), II Śniadanie: JABŁKO PIECZONE* 150g ,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g , KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SZYMKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MASŁO EXTRA 82% 20g (<i>MLE</i>), SAŁATKA JARZYNOWA 3skl.* 80g (<i>MLE, SEL</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BULKI50G, M.EX, SAŁATA, SZYNKA DĘBOWA20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2550.74 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10369.09 kJ; Białko ogółem: 96.97 g; Tłuszcz: 81.62 g; Węglowodany ogółem: 373.01 g; suma cukrów prostych: 107.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.37 g; Błonnik pokarmowy: 31.78 g; Sól: 7.55 g;		
poniedziałek 2024-03-04		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), POMIDOR 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), II Śniadanie: JABŁKO 150g ,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (<i>MLE</i>), GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g , BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G, M.EX , SAŁ I SZYNKA DĘB 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2460.65 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9988.31 kJ; Białko ogółem: 111.32 g; Tłuszcz: 77.99 g; Węglowodany ogółem: 344.02 g; suma cukrów prostych: 83.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.73 g; Błonnik pokarmowy: 34.24 g; Sól: 8.17 g;		
poniedziałek 2024-03-04		
Dieta: Z OGR.Ł/PRZYSW.WĘGL.B/S		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SER BIAŁY KROJONY* 110g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA WP GOT B/SOLI* 50g , MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), II Śniadanie: JABŁKO 100g ,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMN B/ SOLI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g , BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 15g (<i>MLE</i>), SCHAB GOT B/SOLI * 60g , SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G, M.EX , SAŁ I SZYNKA DĘB 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2537.24 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10319.37 kJ; Białko ogółem: 144.36 g; Tłuszcz: 75.93 g; Węglowodany ogółem: 334.87 g; suma cukrów prostych: 81.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.83 g; Błonnik pokarmowy: 33.36 g; Sól: 5.60 g;		
poniedziałek 2024-03-04		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL. 1500		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 150ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), POMIDOR 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , II Śniadanie: JABŁKO 100g ,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 200ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), GALANTYNA DROB MIEL GOT* 75g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (<i>MLE</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g , KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , Podwieczorek: WAFLE RYŻOWE 15g/op. 15g (<i>SEZ</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 20g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 5g (<i>MLE</i>), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 80g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , SZYMKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ40G, M.EX, SAŁ I SZYNKA DĘB 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1550.04 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6306.64 kJ; Białko ogółem: 72.50 g; Tłuszcz: 43.11 g; Węglowodany ogółem: 229.00 g; suma cukrów prostych: 48.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.58 g; Błonnik pokarmowy: 25.64 g; Sól: 5.34 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-04 Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL1500B/ML		
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 150ml (MLE, SEL), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, BROKUŁY GOTOWANE 60g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: JABŁKO 100g,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 200ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g, GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (GLU), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g, KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, Podwieczorek: WAFLE RYŻOWE 15g/op. 15g (SEZ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 20g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 5g (MLE), SZYMKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), SAŁATKA JARZYNOWA B/ MLEKA* 80g (JAJ, SEL), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ40G, M.EX, SAŁ I SZYMKĄ DĘB 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1558.73 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6339.79 kJ; Białko ogółem: 72.99 g; Tłuszcz: 45.06 g; Węglowodany ogółem: 226.85 g; suma cukrów prostych: 42.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.97 g; Błonnik pokarmowy: 26.85 g; Sól: 5.29 g;		
poniedziałek 2024-03-04 Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL. B/ML		
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350ml (MLE, SEL), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), BROKUŁY GOTOWANE 60g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: JABŁKO 150g,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM B/ MLEKA* 400ml (GLU, SEL), GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (GLU), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g, KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, Podwieczorek: WAFLE RYŻOWE 15g/op. 15g (SEZ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), SZYMKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), SAŁATKA JARZYNOWA B/ MLEKA* 120g (JAJ, SEL), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G, M.EX, SAŁ I SZYMKĄ DĘB 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2275.84 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9205.67 kJ; Białko ogółem: 89.44 g; Tłuszcz: 70.11 g; Węglowodany ogółem: 338.29 g; suma cukrów prostych: 53.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.92 g; Błonnik pokarmowy: 37.90 g; Sól: 7.42 g;		
poniedziałek 2024-03-04 Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGLNISKOTŁ		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, POWIDŁA JABŁKOWE* 70g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, POMIDOR B/SKÓRY 60g, II Śniadanie: WAFLE RYŻOWE 15g/op. 15g (SEZ),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (GLU), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g, DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), SZYMKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), SAŁATKA JARZYNOWA 3skł.* 80g (MLE, SEL), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BULKI 150G, M.EX, SAŁATA, SZYMKĄ DĘBOWA 20G* 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2327.76 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9446.36 kJ; Białko ogółem: 97.61 g; Tłuszcz: 60.49 g; Węglowodany ogółem: 365.77 g; suma cukrów prostych: 75.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.77 g; Błonnik pokarmowy: 38.30 g; Sól: 7.91 g;		
poniedziałek 2024-03-04 Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, POMIDOR 60g, BROKUŁY GOTOWANE 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (GLU), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g, KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), SZYMKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (JAJ, MLE, SEL), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G, M.EX, SAŁ I SZYMKĄ DĘB 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2333.40 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9460.44 kJ; Białko ogółem: 96.55 g; Tłuszcz: 69.47 g; Węglowodany ogółem: 344.84 g; suma cukrów prostych: 90.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.38 g; Błonnik pokarmowy: 29.56 g; Sól: 7.37 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-04 Dieta: O KONT.ZAW.KW.TŁ B/M		
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350ml (MLE, SEL), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , POMIDOR 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA Z/C* 250ml ,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (GLU), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g , KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), SZYMKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), SZYMKOWA WP GOT B/SOLI* 60g , SAŁATKA JARZYNOWA B/ MLEKA* 120g (JAJ, SEL), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWEGO, M.EX , SAŁ I SZYMKOWĄ DĘB 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2361.12 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9568.97 kJ; Białko ogółem: 101.34 g; Tłuszcz: 73.01 g; Węglowodany ogółem: 340.05 g; suma cukrów prostych: 72.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.01 g; Błonnik pokarmowy: 32.14 g; Sól: 7.21 g;		
poniedziałek 2024-03-04 Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 60g , POMIDOR B/SKÓRY 60g , HERBATA Z/C* 250ml ,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (GLU), DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (MLE), SZYMKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (JAJ, MLE, SEL), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX, SAŁATA, SZYMKOWA DĘBOWA 20G* 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2275.57 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9227.90 kJ; Białko ogółem: 91.54 g; Tłuszcz: 60.80 g; Węglowodany ogółem: 354.40 g; suma cukrów prostych: 85.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.79 g; Błonnik pokarmowy: 27.68 g; Sól: 7.30 g;		
poniedziałek 2024-03-04 Dieta: ŁATWOSTRAWNA BEZ TŁ		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 60g , POMIDOR B/SKÓRY 60g , HERBATA Z/C* 250ml ,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (GLU), DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (JAJ, MLE, SEL), SZYMKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, SZYMKOWA DĘBOWA 20G B/MASŁA 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2093.07 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8476.30 kJ; Białko ogółem: 90.73 g; Tłuszcz: 40.84 g; Węglowodany ogółem: 353.99 g; suma cukrów prostych: 85.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.79 g; Błonnik pokarmowy: 27.61 g; Sól: 7.27 g;		
poniedziałek 2024-03-04 Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ZOŁ		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SCHAB GOTB/SOLI* 50g , DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 60g , HERBATA Z/C* 250ml , JABŁKO PIECZONE* 150g , II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml ,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (GLU), DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (MLE), SAŁATKA JARZYNOWA 3skł.* 80g (MLE, SEL), PASTA DROBNO-WARZYWNA* 80g (SEL, GOR), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX, SERA BIAŁEGO 50G 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2471.56 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10041.09 kJ; Białko ogółem: 113.11 g; Tłuszcz: 73.25 g; Węglowodany ogółem: 356.32 g; suma cukrów prostych: 109.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.35 g; Błonnik pokarmowy: 32.09 g; Sól: 4.62 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-04 Dieta: BOGATOBIĄŁKOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI ZINDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), POMIDOR 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), II Śniadanie: JABŁKO PIECZONE Z SEREM* 150g (<i>MLE</i>),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g , KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 60g , SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BULKI 50G, M.EX, SAŁATA, SZYNKA DĘBOWA 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2720.40 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11086.64 kJ; Białko ogółem: 137.46 g; Tłuszcz: 86.10 g; Węglowodany ogółem: 364.14 g; suma cukrów prostych: 92.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.75 g; Błonnik pokarmowy: 32.33 g; Sól: 8.19 g;		
poniedziałek 2024-03-04 Dieta: DZIECIĘCA 1-3		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 150ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNĄ KROJ * 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI ZINDYKA 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25g/op. 1szt , POMIDOR* 50g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 200ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 75g (<i>MLE</i>), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY*/ 60g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 80g (<i>GLU</i>), DYNIA DUSZONA* 80g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , Podwieczorek: BANAN 0.5szt ,	BUŁKA PSZENNĄ KROJ * 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 20g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATKA JARZYNOWA* 50g (<i>MLE, SEL</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , Posiłek nocny: KANAPKA Z BULKI 50G, M. EX I SZYNKĄ DĘBOWĄ 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1301.39 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 5264.97 kJ; Białko ogółem: 64.77 g; Tłuszcz: 34.55 g; Węglowodany ogółem: 191.73 g; suma cukrów prostych: 67.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.47 g; Błonnik pokarmowy: 18.82 g; Sól: 3.19 g;		
poniedziałek 2024-03-04 Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 150ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNĄ KROJ * 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI ZINDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , POMIDOR 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 200ml (<i>MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (<i>MLE</i>), GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 80g (<i>GLU</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g , KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , Podwieczorek: BANAN 0.5szt ,	BUŁKA PSZENNĄ KROJ * 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 80g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX , SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1812.20 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7416.48 kJ; Białko ogółem: 82.73 g; Tłuszcz: 49.49 g; Węglowodany ogółem: 271.05 g; suma cukrów prostych: 92.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.34 g; Błonnik pokarmowy: 24.11 g; Sól: 5.67 g;		
poniedziałek 2024-03-04 Dieta: DZIECIĘCA 10-18		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI ZINDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml , SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g , Podwieczorek: BANAN 1szt ,	BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX , SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2495.55 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10156.74 kJ; Białko ogółem: 103.59 g; Tłuszcz: 64.89 g; Węglowodany ogółem: 390.16 g; suma cukrów prostych: 135.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.91 g; Błonnik pokarmowy: 32.30 g; Sól: 7.35 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-04		
Dieta: DZIECIĘCA POOPERACYJNA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 200ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 60g, JABŁKO PIECZONE* 150g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 200ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, Podwieczorek: WAFLE RYŻOWE 15g/op. 15g (<i>SEZ</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA ZBUŁKI 50G, M. EX I SZYNKĄ DĘBOWĄ 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2377.98 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9716.07 kJ; Białko ogółem: 100.79 g; Tłuszcz: 70.77 g; Węglowodany ogółem: 347.40 g; suma cukrów prostych: 81.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.22 g; Błonnik pokarmowy: 28.24 g; Sól: 8.02 g;		
poniedziałek 2024-03-04		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), PIECZYWO B/GLUTENOWE* 100g (<i>ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, POMIDOR 60g, BROKUŁY GOTOWANE 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA Z/C* 250ml, II Śniadanie: JABŁKO 150g,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g, BURACZKI GOTOWANE* 100g, KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, SURÓWKA ZMARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g, Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	PIECZYWO B/GLUTENOWE* 120g (<i>ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z PIECZ B/GLUT 50G, M. EX, SAŁ, SZYNKA DĘBOWA 20G 1Por (<i>SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2324.70 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9391.61 kJ; Białko ogółem: 80.32 g; Tłuszcz: 72.52 g; Węglowodany ogółem: 346.11 g; suma cukrów prostych: 112.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.42 g; Błonnik pokarmowy: 31.32 g; Sól: 7.21 g;		
poniedziałek 2024-03-04		
Dieta: PAPKOWATA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU MIX* 400ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), PASTA JAJECZNA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, POMIDOR B/SKÓRY 60g, MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAKAO NA MLEKU B/CUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMN MIX* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, Podwieczorek: BANAN 1szt,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP MIELONA* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM B/ CUK* 200ml (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2513.76 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10223.24 kJ; Białko ogółem: 111.75 g; Tłuszcz: 70.04 g; Węglowodany ogółem: 375.83 g; suma cukrów prostych: 146.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.80 g; Błonnik pokarmowy: 33.69 g; Sól: 6.09 g;		
poniedziałek 2024-03-04		
Dieta: PAPKOWATA CUKRZYCOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU MIX* 400ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), PASTA JAJECZNA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA MIEL* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 60g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAKAO NA MLEKU B/CUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMN MIX* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, Podwieczorek: BANAN 1szt,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SZYNKOWA WP MIELONA* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Posiłek nocny: KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM B/ CUK* 200ml (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2448.63 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9950.55 kJ; Białko ogółem: 117.74 g; Tłuszcz: 71.09 g; Węglowodany ogółem: 350.39 g; suma cukrów prostych: 119.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.27 g; Błonnik pokarmowy: 33.69 g; Sól: 6.09 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-04		
Dieta: PAPKOWATA BEZ MLEKA		
KASZA KUKURYDZIANA NA WYW JARZ MIX* 400ml (MLE, SEL), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, PASTA JAJECZNA* 60g (JAJ, MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 60g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, HERBATA Z/C* 250ml, II Śniadanie: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMN MIX* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (GLU), DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, Podwieczorek: SOK POMIDOROWY* 1szt,	BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYMKOWA WP MIELONA* 70g (MLE, GOR, SO2), ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (JAJ, MLE, SEL), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM B/ CUK* 200ml (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2119.59 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8526.67 kJ; Białko ogółem: 88.67 g; Tłuszcz: 58.09 g; Węglowodany ogółem: 328.52 g; suma cukrów prostych: 88.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.44 g; Błonnik pokarmowy: 37.19 g; Sól: 6.77 g;		
poniedziałek 2024-03-04		
Dieta: PŁYNNA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU PLYNNA* 400ml (JAJ, MLE), GALARETKA OWOCOWA PLYNNA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ), KAKAO NA MLEKU B/CUKRU* 250ml (MLE), II Śniadanie: BUDYŃ* 150ml (MLE),	PŁYNNA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), Podwieczorek: KISIEL* 150ml,	PŁYNNA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2143.68 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8656.88 kJ; Białko ogółem: 115.20 g; Tłuszcz: 71.78 g; Węglowodany ogółem: 266.87 g; suma cukrów prostych: 75.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.28 g; Błonnik pokarmowy: 23.00 g; Sól: 3.20 g;		
poniedziałek 2024-03-04		
Dieta: SONDA		
SONDA MLECZNA* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE), GALARETKA OWOCOWA PLYNNA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ), HERBATA B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: BUDYŃ SONDA* 150ml (MLE),	SONDA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, Podwieczorek: KISIEL SONDA* 150ml,	SONDA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2300.64 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9660.67 kJ; Białko ogółem: 110.08 g; Tłuszcz: 83.19 g; Węglowodany ogółem: 285.28 g; suma cukrów prostych: 85.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.36 g; Błonnik pokarmowy: 25.06 g; Sól: 2.28 g;		
poniedziałek 2024-03-04		
Dieta: SONDA BEZ MLEKA		
SONDA B/ MLEKA ŚN* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), SOK JABŁKOWY* 200ml, HERBATA B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA PLYNNA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	SONDA B/MLEKA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KISIEL* 150ml, KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, Podwieczorek: SOK POMIDOROWY* 1szt,	SONDA B/ML KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KISIEL B/C* 150ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2086.86 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8767.68 kJ; Białko ogółem: 88.20 g; Tłuszcz: 64.87 g; Węglowodany ogółem: 300.45 g; suma cukrów prostych: 68.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.58 g; Błonnik pokarmowy: 36.31 g; Sól: 3.14 g;		
poniedziałek 2024-03-04		
Dieta: KLEIKOWA		
KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (GLU), SUCHARY* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), HERBATA B/CUKRU* 250ml,	KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (GLU), SUCHARY* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), HERBATA Z/C* 250ml,	KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (GLU), SUCHARY* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KLEIK RYŻOWY 300G 500ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 836.63 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 3542.99 kJ; Białko ogółem: 22.93 g; Tłuszcz: 7.71 g; Węglowodany ogółem: 169.56 g; suma cukrów prostych: 5.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.94 g; Błonnik pokarmowy: 16.10 g; Sól: 0.90 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-04		
Dieta: WEGETARIAŃSKA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, POMIDOR 60g, BROKUŁY GOTOWANE 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), II Śniadanie: JABŁKO 100g,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, KOTLET Z JAJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OLIWY* 100g, KOMPOT Z MIESZOWY Z JABŁKIEM ZI/CIUKRU* 250ml, Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), SER ŻÓŁTY * 60g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KISIEL B/C* 150ml, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2720.98 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11061.84 kJ; Białko ogółem: 108.68 g; Tłuszcz: 100.16 g; Węglowodany ogółem: 362.31 g; suma cukrów prostych: 108.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.63 g; Błonnik pokarmowy: 32.53 g; Sól: 6.39 g;		
poniedziałek 2024-03-04		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, POMIDOR* 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, BROKUŁY GOTOWANE 60g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), II Śniadanie: MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 100g,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA GRYCZANA NA SYPKO 200g, GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OLIWY* 100g, KOMPOT Z MIESZOWY Z JABŁKIEM ZI/CIUKRU* 250ml, Podwieczorek: JABŁKO 150g,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 150g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KISIEL B/C* 150ml, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2626.38 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10694.59 kJ; Białko ogółem: 102.82 g; Tłuszcz: 71.44 g; Węglowodany ogółem: 414.09 g; suma cukrów prostych: 114.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.57 g; Błonnik pokarmowy: 42.92 g; Sól: 7.31 g;		

Dietetyk

.....