

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-01		
Dieta: PODSTAWOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), 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), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA LODOWA* 20g, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt,	ZUPA KAPUŚNIAK ZKAPUSTY KISZONEJ Z ZIEMNI* 400ml (GLU, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA SMAŻONA (MIRUNA)* 110g (GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, SO2), SOS GRECKI PODSTAWA* 100g (GLU, SEL, GOR), KOMPOT Z MIESZANKI OW Z JABŁKIEM ZC* 250ml, MANDARYNKA 100g,	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), PAPARYKARZ RYBNO/MINTAJ-WARZ* 120g (SEL), RZODKIEWKA 30g, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR* 50g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWEGO, MEX, SAŁATA, SER ŻÓŁTY 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2482.87 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10439.65 kJ; Białko ogółem: 81.33 g; Tłuszcz: 81.53 g; Węglowodany ogółem: 373.87 g; suma cukrów prostych: 55.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.58 g; Błonnik pokarmowy: 36.08 g; Sól: 7.07 g;		
piątek 2024-03-01		
Dieta: PODSTAWOWA BEZ MLEKA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZ* 350ml (GLU, 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), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, HERBATA ZC* 250ml, SAŁATA LODOWA* 20g, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt,	ZUPA KAPUŚNIAK ZKAPUSTY KISZONEJ Z ZIEMNI* 400ml (GLU, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA SMAŻONA (MIRUNA)* 110g (GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, SO2), SOS GRECKI PODSTAWA* 100g (GLU, SEL, GOR), KOMPOT Z MIESZANKI OW Z JABŁKIEM ZC* 250ml, MANDARYNKA 100g, SOK POMIDOROWY* 1szt,	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), PAPARYKARZ RYBNO/MINTAJ-WARZYWNY* 120g (RYB, SEL), POMIDOR* 50g, HERBATA ZC* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, RZODKIEWKA 30g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWEGO, MEX, WARZYW30G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2451.35 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10312.25 kJ; Białko ogółem: 76.91 g; Tłuszcz: 75.54 g; Węglowodany ogółem: 386.65 g; suma cukrów prostych: 60.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.24 g; Błonnik pokarmowy: 41.44 g; Sól: 7.93 g;		
piątek 2024-03-01		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), SAŁATA LODOWA* 20g, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt,	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SOS GRECKI DIETA* 100g (GLU, SEL), KOMPOT Z MIESZANKI OW Z JABŁKIEM ZC* 250ml, MANDARYNKA 100g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 80g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), PAPARYKARZ RYBNO/MINTAJ-WARZ* 120g (SEL), POMIDOR* 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, RZODKIEWKA 30g, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2142.01 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9024.51 kJ; Białko ogółem: 80.68 g; Tłuszcz: 57.57 g; Węglowodany ogółem: 342.57 g; suma cukrów prostych: 61.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.06 g; Błonnik pokarmowy: 33.76 g; Sól: 4.61 g;		
piątek 2024-03-01		
Dieta: ŁATWOSTR. BEZ MLEKA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZ* 350ml (GLU, MLE, SEL), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), HERBATA ZC* 250ml, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt,	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM B/MLEKA* 400ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA PIECZONA* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SOS GRECKI DIETA* 100g (GLU, SEL), KOMPOT Z MIESZANKI OW Z JABŁKIEM ZC* 250ml, MANDARYNKA 100g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), PAPARYKARZ RYBNO/MINTAJ-WARZ* 120g (SEL), POMIDOR* 50g, HERBATA ZC* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, RZODKIEWKA 30g, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2066.83 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8708.93 kJ; Białko ogółem: 68.08 g; Tłuszcz: 53.82 g; Węglowodany ogółem: 346.08 g; suma cukrów prostych: 60.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.45 g; Błonnik pokarmowy: 36.38 g; Sól: 5.44 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-01 Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL1500B/ML		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZ* 150ml (GLU, 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), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA LODOWA* 20g, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, POWIDŁA JABŁKOWE* 60g, II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM B/MLEKA* 200ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g, RYBA PIECZONA* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SOS GRECKI DIETA* 100g (GLU, SEL), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, MANDARYNKA 100g, 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), PAPARYKARZ RYBNO/MINTAJ-WARZ* 120g (SEL), POMIDOR* 50g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, RZODKIEWKA 30g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 30G, M.R. Z WARZYW 30G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1389.48 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 5855.50 kJ; Białko ogółem: 56.12 g; Tłuszcz: 34.31 g; Węglowodany ogółem: 229.30 g; suma cukrów prostych: 47.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.48 g; Błonnik pokarmowy: 30.52 g; Sól: 4.35 g;		
piątek 2024-03-01 Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL. B/ML		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZ* 350ml (GLU, 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), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, POWIDŁA JABŁKOWE* 70g, II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM B/MLEKA* 400ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA PIECZONA* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SOS GRECKI DIETA* 100g (GLU, SEL), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, MANDARYNKA 100g, 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), PAPARYKARZ RYBNO/MINTAJ-WARZ* 120g (SEL), POMIDOR* 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, RZODKIEWKA 30g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M. EX Z WARZYW 30G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2066.58 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8701.18 kJ; Białko ogółem: 70.41 g; Tłuszcz: 55.16 g; Węglowodany ogółem: 342.13 g; suma cukrów prostych: 54.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.29 g; Błonnik pokarmowy: 40.13 g; Sól: 6.10 g;		
piątek 2024-03-01 Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGLNISKOTŁ		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, 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), TWAROŻEK*/ 100g (MLE), POWIDŁA JABŁKOWE* 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, PASTA Z BIAŁKA JAJKA* 60g (JAJ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA PIECZONA* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SOS GRECKI B/KONC. POMIDOR. 100g (SEL), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g, 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% 10g (MLE), PAPARYKARZ RYBNO-WARZYWNY/MINTAJ/ DIETA* 120g (RYB, SEL), SAŁATA MASŁOWA 10g, BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M. EX SAŁ, SERA B 50G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2461.59 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10369.35 kJ; Białko ogółem: 123.83 g; Tłuszcz: 62.84 g; Węglowodany ogółem: 369.29 g; suma cukrów prostych: 83.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.90 g; Błonnik pokarmowy: 38.29 g; Sól: 5.96 g;		
piątek 2024-03-01 Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, 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), TWAROŻEK*/ 100g (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt,	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA PIECZONA* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SOS GRECKI DIETA* 100g (GLU, SEL), KOMPOT Z MIESZANKI OW Z JABŁKIEM Z/C* 250ml, MANDARYNKA 100g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), PAPARYKARZ RYBNO/MINTAJ-WARZ* 120g (SEL), POMIDOR* 50g, HERBATA Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, RZODKIEWKA 30g, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2266.47 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9559.25 kJ; Białko ogółem: 90.22 g; Tłuszcz: 59.24 g; Węglowodany ogółem: 358.34 g; suma cukrów prostych: 71.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.88 g; Błonnik pokarmowy: 29.18 g; Sól: 4.36 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-01		
Dieta: O KONT.ZAW.KW.TŁ B/M		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZ* 350ml (GLU, 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), PASTA ZBIAŁKA JAJKA* 60g (JAJ), HERBATA Z/C* 250ml, MARCHEW KARB GOT Z ZIOL* 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt,	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM B/MLEKA* 400ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA PIECZONA* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SOS GRECKI DIETA* 100g (GLU, SEL), KOMPOT ZMIESZANKI OW Z JABŁKIEM Z/C* 250ml, MANDARYNKA 100g,	CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), PAPARYKARZ RYBNO/MINTAJ-WARZ* 120g (SEL), POMIDOR* 50g, HERBATA Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, RZODKIEWKA 30g, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2134.23 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8994.05 kJ; Białko ogółem: 71.42 g; Tłuszcz: 57.06 g; Węglowodany ogółem: 351.17 g; suma cukrów prostych: 60.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.93 g; Błonnik pokarmowy: 33.90 g; Sól: 5.56 g;		
piątek 2024-03-01		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), TWAROŻEK*/ 100g (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, JABŁKO PRAŻONE* 60g, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, MARCHEW KARB GOT Z ZIOL* 60g,	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA PIECZONA* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SOS GRECKI B/KONC. POMIDOR. 100g (SEL), KOMPOT Z MIESZANKI OW Z JABŁKIEM Z/C* 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), PAPRYKARZ RYBNO-WARZYWNY/MINTAJ/ DIETA* 120g (RYB, SEL), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, HERBATA Z/C* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2350.79 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9920.58 kJ; Białko ogółem: 99.62 g; Tłuszcz: 51.60 g; Węglowodany ogółem: 388.75 g; suma cukrów prostych: 94.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.64 g; Błonnik pokarmowy: 31.88 g; Sól: 4.60 g;		
piątek 2024-03-01		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA BEZ TŁ		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), TWAROŻEK*/ 100g (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, JABŁKO PRAŻONE* 60g, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, MARCHEW KARB GOT Z ZIOL* 60g,	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA PIECZONA* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SOS GRECKI B/KONC. POMIDOR. 100g (SEL), KOMPOT Z MIESZANKI OW Z JABŁKIEM Z/C* 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), PAPRYKARZ RYBNO-WARZYWNY/MINTAJ/ DIETA* 120g (RYB, SEL), HERBATA Z/C* 250ml, BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2203.69 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9315.78 kJ; Białko ogółem: 99.52 g; Tłuszcz: 35.35 g; Węglowodany ogółem: 388.64 g; suma cukrów prostych: 94.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.05 g; Błonnik pokarmowy: 31.88 g; Sól: 4.57 g;		
piątek 2024-03-01		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), TWAROŻEK*/ 100g (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, POWIDŁA JABŁKOWE* 50g, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, MARCHEW KARB GOT Z ZIOL* 60g, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA PIECZONA* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SOS GRECKI B/KONC. POMIDOR. 100g (SEL), KOMPOT Z MIESZANKI OW Z JABŁKIEM Z/C* 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g, Podwieczorek: WAFLE RYŻOWE 15g/op. 15g (SEZ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), PAPRYKARZ RYBNO-WARZYWNY/MINTAJ/ DIETA* 120g (RYB, SEL), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, HERBATA Z/C* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2468.09 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10411.78 kJ; Białko ogółem: 105.52 g; Tłuszcz: 58.45 g; Węglowodany ogółem: 396.61 g; suma cukrów prostych: 101.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.30 g; Błonnik pokarmowy: 32.91 g; Sól: 4.96 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-01		
Dieta: DZIECIĘCA POOPERACYJNA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 200ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), TWAROŻEK*/ 100g (MLE), HERBATA B/CUKRU* 250ml, JABŁKO PRAŻONE* 60g, MIÓD JEDN 25g/op. 1szt, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, II Śniadanie: BUDYŃ* 150ml (MLE),	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM* 200ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA PIECZONA* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SOS GRECKI B/KONC. POMIDOR. 100g (SEL), KOMPOT Z MIESZANKI OW Z JABŁKIEM Z/C* 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g, Podwieczorek: BISZKOPTY B/C* 20g (GLU, JAJ, ORZ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), PAPRYKARZRYBNO-WARZYWNY/MINTAJ/ DIETA* 120g (RYB, SEL), HERBATA B/CUKRU* 250ml, BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, Posiłek nocny: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE), MASŁO EXTRA 82% 2g (MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2406.31 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10142.98 kJ; Białko ogółem: 109.01 g; Tłuszcz: 62.85 g; Węglowodany ogółem: 366.57 g; suma cukrów prostych: 99.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.06 g; Błonnik pokarmowy: 29.08 g; Sól: 5.36 g;		
piątek 2024-03-01		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), HERBATA Z/C* 250ml, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM B/GLUTENU* 400ml (JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA PIECZONA* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SOS GRECKI DIETA* 100g (GLU, SEL), KOMPOT ZMIESZANKI OW Z JABŁKIEM Z/C* 250ml, MANDARYNKA 100g, Podwieczorek: WAFLE RYŻOWE 15g/op. 15g (SEZ),	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), PAPRYKARZRYBNO-WARZYWNY/MINTAJ/ DIETA* 120g (RYB, SEL), POMIDOR* 50g, HERBATA Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, RZODKIEWKA 30g, Posiłek nocny: KANAPKA Z PIECZB/GLUT50G,M.EX.SAŁ,SERA ŻÓŁ20G 1Por (MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2392.60 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10057.08 kJ; Białko ogółem: 77.96 g; Tłuszcz: 74.42 g; Węglowodany ogółem: 361.87 g; suma cukrów prostych: 81.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.95 g; Błonnik pokarmowy: 29.85 g; Sól: 5.37 g;		
piątek 2024-03-01		
Dieta: PAPKOWATA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, HERBATA B/CUKRU* 250ml, JABŁKO PRAŻONE* 60g, TWAROŻEK*/ 100g (MLE), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM MIX* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET RYBNY* 100g (GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS GRECKI B/KONC. POMIDOR. 100g (SEL), KOMPOT Z MIESZANKI OW Z JABŁKIEM Z/C* 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g, SOS KOPERKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), Podwieczorek: BISZKOPTY B/C* 20g (GLU, JAJ, ORZ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), PAPRYKARZRYBNO-WARZYWNY/MINTAJ/ DIETA* 120g (RYB, SEL), HERBATA Z/C* 250ml, ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, CHRUPKI KUKURYDZ* 20g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2415.28 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10187.20 kJ; Białko ogółem: 110.47 g; Tłuszcz: 52.88 g; Węglowodany ogółem: 394.42 g; suma cukrów prostych: 113.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.67 g; Błonnik pokarmowy: 38.92 g; Sól: 5.54 g;		
piątek 2024-03-01		
Dieta: PAPKOWATA CUKRZYCOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), POWIDŁA JABŁKOWE* 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, TWAROŻEK*/ 100g (MLE), PASTA JAJECZNA* 60g (JAJ, MLE), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM MIX* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET RYBNY* 100g (GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS GRECKI B/KONC. POMIDOR. 100g (SEL), KOMPOT Z MIESZANKI OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g, SOS KOPERKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), Podwieczorek: WAFLE RYŻOWE 15g/op. 15g (SEZ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), PAPRYKARZRYBNO-WARZYWNY/MINTAJ/ DIETA* 120g (RYB, SEL), ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, CHRUPKI KUKURYDZ* 20g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2324.01 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9787.87 kJ; Białko ogółem: 118.97 g; Tłuszcz: 60.55 g; Węglowodany ogółem: 345.69 g; suma cukrów prostych: 95.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.75 g; Błonnik pokarmowy: 40.24 g; Sól: 5.71 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-01		
Dieta: WEGETARIAŃSKA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, 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>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g , SAŁATA LODOWA* 20g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SOS GRECKI DIETA* 100g (<i>GLU, SEL</i>), KOMPOT Z MIESZANKI OW Z JABŁKIEM Z/C* 250ml , MANDARYNKA 100g, Podwieczorek: WAFLE RYŻOWE 15g/op. 15g (<i>SEZ</i>),	BUŁKA PSZENNA 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>), PAPRYKARZ RYBNO-WARZYWNY/MINTAJ/ DIETA* 120g (<i>RYB, SEL</i>), POMIDOR* 50g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA ZC* 250ml , RZODKIEWKA 30g , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M .EXZ WARZYW30G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2474.05 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10432.98 kJ; Białko ogółem: 92.61 g; Tłuszcz: 67.08 g; Węglowodany ogółem: 391.66 g; suma cukrów prostych: 70.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.27 g; Błonnik pokarmowy: 32.17 g; Sól: 5.39 g;		
piątek 2024-03-01		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, 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>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g , SAŁATA LODOWA* 20g , MIÓD JEDN 25g/op. 2szt , JABŁKO 150g , II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM PEŁNOZIARNISTYM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), RYŻ BRĄZOWY NA SYPKO * 200g , RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SOS GRECKI DIETA* 100g (<i>GLU, SEL</i>), KOMPOT Z MIESZANKI OW Z JABŁKIEM Z/C* 250ml , MANDARYNKA 100g, Podwieczorek: SAŁATA MASŁOWA 10g , CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), SER BIAŁY KROJONY* 50g (<i>MLE</i>),	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% 15g (<i>MLE</i>), PASTA Z SOCZEWICY CZERWONEJ I WARZYW* 100g (<i>GLU, SEL</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g , HERBATA ZC* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2905.90 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 12243.40 kJ; Białko ogółem: 115.86 g; Tłuszcz: 74.56 g; Węglowodany ogółem: 464.69 g; suma cukrów prostych: 99.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.21 g; Błonnik pokarmowy: 47.91 g; Sól: 5.93 g;		

Dietetyk

.....