

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-05-14</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <i>MLE</i> ), CHLEB RAZOWY* 50g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g ( <i>SOJ</i> ), TWARÓŻEK* 70g ( <i>MLE</i> ), POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ),	ZUPA KAPUŚNIAK Z BIAŁEJ KAP Z ZIEMN* 400ml ( <i>GLU, SEL</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( <i>MLE</i> ), SZTUKA MIĘSA WP 80G W SOSIE CHRZANOWYM 100G 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ Z OLEJEM*/ 100g , BROKUŁY GOTOWANE * 100g , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g ( <i>MLE</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , PASTA Z CIECIERZYCY Z WARZYWAMI* 100g ( <i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i> ), OGÓREK KISZONY* 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2343.43 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9493.63 kJ; Białko ogółem: 113.16 g; Tłuszcz: 75.30 g; Węglowodany ogółem: 314.07 g; suma cukrów prostych: 70.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.76 g; Błonnik pokarmowy: 36.79 g; Sól: 7.36 g;		
<b>wtorek 2024-05-14</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA BEZ MLEKA</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <i>MLE, SEL</i> ), CHLEB RAZOWY* 50g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g ( <i>SOJ</i> ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml ,	ZUPA KAPUŚNIAK Z BIAŁEJ KAP Z ZIEMN* 400ml ( <i>GLU, SEL</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( <i>MLE</i> ), SZTUKA MIĘSA WP 80G W SOSIE CHRZANOWYM 100G B/ML 200g ( <i>GLU</i> ), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ Z OLEJEM*/ 100g , BROKUŁY GOTOWANE 100g , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g ( <i>MLE</i> ), PASTA Z CIECIERZYCY Z WARZYWAMI* 100g ( <i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , OGÓREK KISZONY* 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z BUŁKI 50G, SAŁ, M.EX, SZYNKI Z INDYKA 20G* 1Pα ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2251.94 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9099.41 kJ; Białko ogółem: 92.65 g; Tłuszcz: 71.68 g; Węglowodany ogółem: 321.79 g; suma cukrów prostych: 55.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.80 g; Błonnik pokarmowy: 39.60 g; Sól: 9.40 g;		
<b>wtorek 2024-05-14</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <i>MLE</i> ), CHLEB GRAHAM* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i> ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g ( <i>SOJ</i> ), TWARÓŻEK* 70g ( <i>MLE</i> ), POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIANKAMI * 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <i>GLU</i> ), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g ( <i>GLU</i> ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), BROKUŁY GOTOWANE * 100g , SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ Z JOG*/ 100g ( <i>MLE</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <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> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , MARCHEW ŚW. W PASTRACH 80g , <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2272.04 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9208.00 kJ; Białko ogółem: 119.23 g; Tłuszcz: 65.08 g; Węglowodany ogółem: 318.80 g; suma cukrów prostych: 67.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.40 g; Błonnik pokarmowy: 35.37 g; Sól: 8.41 g;		
<b>wtorek 2024-05-14</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTR. BEZ MLEKA</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <i>MLE, SEL</i> ), CHLEB GRAHAM* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i> ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g ( <i>SOJ</i> ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , HERBATA B/CUKRU* 250ml ,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMN B/MLEKA* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <i>GLU</i> ), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g ( <i>GLU</i> ), SOS Z NATKĄ PIETRUSZKI B/ML* 100ml ( <i>GLU, SEL</i> ), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ Z OLEJEM*/ 100g , BROKUŁY GOTOWANE * 100g , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <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> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g ( <i>MLE, GOR</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , MARCHEW ŚW. W PASTRACH 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z BUŁKI 50G, SAŁ, M.EX, SZYNKI Z INDYKA 20G* 1Pα ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2211.87 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8778.31 kJ; Białko ogółem: 96.00 g; Tłuszcz: 67.87 g; Węglowodany ogółem: 322.32 g; suma cukrów prostych: 50.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.36 g; Błonnik pokarmowy: 37.15 g; Sól: 9.16 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-05-14</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTR. POŁOŻNICZA</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <i>MLE</i> ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 20g ( <i>MLE</i> ), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g ( <i>SOJ</i> ), TWAROŻEK* 70g ( <i>MLE</i> ), POMIDOR B/SKÓRY 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ), <b>II Śniadanie:</b> GALARETKA MLECZNA* 150ml ( <i>GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i> ),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <i>GLU</i> ), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g ( <i>GLU</i> ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SZPINAK GOTOWANY* 100g ( <i>GLU, MLE</i> ), BROKUŁY GOTOWANE * 100g , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 20g ( <i>MLE</i> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2565.43 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10432.58 kJ; Białko ogółem: 123.27 g; Tłuszcz: 86.50 g; Węglowodany ogółem: 336.91 g; suma cukrów prostych: 60.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.97 g; Błonnik pokarmowy: 29.64 g; Sól: 7.61 g;		
<b>wtorek 2024-05-14</b>		
<b>Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <i>MLE</i> ), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 50g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g ( <i>SOJ</i> ), TWAROŻEK* 70g ( <i>MLE</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ), <b>II Śniadanie:</b> MANDARYNKA* 150g ,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI * 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <i>GLU</i> ), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g ( <i>GLU</i> ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), BROKUŁY GOTOWANE * 100g , SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ Z JOG*/ 100g ( <i>MLE</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <i>MLE</i> ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 15g ( <i>MLE</i> ), PASTA Z CIECIERZYCY ZWARZYWAMI* 100g ( <i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i> ), OGÓREK KISZONY* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G , M.EX.SAŁ Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2559.81 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10417.53 kJ; Białko ogółem: 121.34 g; Tłuszcz: 70.83 g; Węglowodany ogółem: 375.73 g; suma cukrów prostych: 82.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.50 g; Błonnik pokarmowy: 45.82 g; Sól: 8.55 g;		
<b>wtorek 2024-05-14</b>		
<b>Dieta: Z OGR.Ł/PRZYSW.WĘGL.B/S</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <i>MLE</i> ), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 50g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 50g , TWAROŻEK* 70g ( <i>MLE</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ), <b>II Śniadanie:</b> MANDARYNKA* 150g ,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI B/SOLI* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <i>GLU</i> ), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g ( <i>GLU</i> ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), BROKUŁY GOTOWANE * 100g , SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ Z JOG*/ 100g ( <i>MLE</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <i>MLE</i> ),	CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 15g ( <i>MLE</i> ), PASTA Z CIECIERZYCY ZWARZYWAMI* 100g ( <i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i> ), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2501.81 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10176.17 kJ; Białko ogółem: 128.56 g; Tłuszcz: 70.02 g; Węglowodany ogółem: 355.72 g; suma cukrów prostych: 90.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.27 g; Błonnik pokarmowy: 45.66 g; Sól: 5.19 g;		
<b>wtorek 2024-05-14</b>		
<b>Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL. 1500</b>		
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, GLU PSZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <i>MLE</i> ), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g ( <i>SOJ</i> ), TWAROŻEK* 70g ( <i>MLE</i> ), POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , <b>II Śniadanie:</b> MANDARYNKA* 150g ,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAK* 150ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 75g ( <i>GLU</i> ), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g ( <i>GLU</i> ), BROKUŁY GOTOWANE * 100g , SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ Z JOG*/ 100g ( <i>MLE</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> BUDYŃ B/C* 100ml ( <i>MLE</i> ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 20g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 5g ( <i>MLE</i> ), PASTA Z CIECIERZYCY ZWARZYWAMI* 100g ( <i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , OGÓREK KISZONY* 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt , WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1516.78 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6175.44 kJ; Białko ogółem: 88.73 g; Tłuszcz: 35.30 g; Węglowodany ogółem: 221.29 g; suma cukrów prostych: 61.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.27 g; Błonnik pokarmowy: 33.72 g; Sól: 7.16 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-05-14</b> <b>Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL1500B/ML</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 150ml ( <b>MLE, SEL</b> ), CHLEB RAZOWY * 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNÍ* 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g ( <b>SOJ</b> ), POWIDŁA JĄBŁKOWE* 60g, POMIDOR 60g, RZODKIEWKA 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> MANDARYNKA* 100g,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMN B/MLEKA* 200ml ( <b>GLU, SEL</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 75g ( <b>GLU</b> ), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g ( <b>GLU</b> ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JĄBŁ Z OLEJEM*/ 100g, BROKUŁY GOTOWANE * 100g, KOMPOTZ CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> KANAPKA Z CHL RAZ30G, M.EX, SAŁ, SZYNKI Z INDYKA 20G* 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNÍ* 20g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 5g ( <b>MLE</b> ), PASTA Z CIECIERZYCY Z WARZYWAMI* 100g ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, OGÓREK KISZONY* 80g, <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1554.67 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6322.73 kJ; Białko ogółem: 74.42 g; Tłuszcz: 40.97 g; Węglowodany ogółem: 233.95 g; suma cukrów prostych: 51.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.20 g; Błonnik pokarmowy: 37.67 g; Sól: 7.72 g;		
<b>wtorek 2024-05-14</b> <b>Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL. B/ML</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <b>MLE, SEL</b> ), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNÍ* 50g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g ( <b>SOJ</b> ), POWIDŁA JĄBŁKOWE* 60g, POMIDOR 60g, RZODKIEWKA 20g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>II Śniadanie:</b> MANDARYNKA* 150g,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMN B/MLEKA* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b> ), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g ( <b>GLU</b> ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JĄBŁ Z OLEJEM*/ 100g, BROKUŁY GOTOWANE * 100g, KOMPOTZ CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZ 30G, M.R, SAŁ, Z SZYNKA Z INDYKA 30G 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNÍ* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 15g ( <b>MLE</b> ), PASTA Z CIECIERZYCY Z WARZYWAMI* 100g ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, OGÓREK KISZONY* 80g, <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2328.32 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9426.92 kJ; Białko ogółem: 89.72 g; Tłuszcz: 69.06 g; Węglowodany ogółem: 355.73 g; suma cukrów prostych: 63.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.77 g; Błonnik pokarmowy: 51.83 g; Sól: 9.10 g;		
<b>wtorek 2024-05-14</b> <b>Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGLNISKOTŁ</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNÍ* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g ( <b>SOJ</b> ), TWAROŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ), <b>II Śniadanie:</b> CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b> ), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g ( <b>GLU</b> ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), JĄBŁKO PIECZONE* 150g, SZPINAK GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, MLE</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> KANAPKA Z CHL RAZ 30G, M.EX, SZYNKI Z INDYKA 20G* 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNÍ* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 5g ( <b>MLE</b> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SOJ</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2444.55 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9933.83 kJ; Białko ogółem: 121.48 g; Tłuszcz: 62.50 g; Węglowodany ogółem: 366.65 g; suma cukrów prostych: 71.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.18 g; Błonnik pokarmowy: 38.80 g; Sól: 8.59 g;		
<b>wtorek 2024-05-14</b> <b>Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), CHLEB RAZOWY * 50g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g ( <b>SOJ</b> ), TWAROŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, RZODKIEWKA 20g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI * 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b> ), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g ( <b>GLU</b> ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), BROKUŁY GOTOWANE * 100g, SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JĄBŁ Z JOG*/ 100g ( <b>MLE</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 15g ( <b>MLE</b> ), PASTA Z CIECIERZYCY Z WARZYWAMI* 100g ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2405.81 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9772.56 kJ; Białko ogółem: 117.05 g; Tłuszcz: 67.54 g; Węglowodany ogółem: 346.12 g; suma cukrów prostych: 73.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.90 g; Błonnik pokarmowy: 40.50 g; Sól: 6.15 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-05-14</b>		
<b>Dieta: O KONT.ZAW.KW.TŁ B/M</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <b>MLE, SEL</b> ), CHLEB RAZOWY * 50g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., POLĘDWICA SOP DROB* 50g ( <b>SOJ</b> ), POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, RZODKIEWKA 20g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMN B/MLEKA* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b> ), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g ( <b>GLU</b> ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), BROKUŁY GOTOWANE * 100g, SURÓWKA ZKAP PEK,MARCH,JABŁ ZOLEJEM*/ 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml,	CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g ( <b>MLE</b> ), PASTA Z CIECIERZYCY Z WARZYWAMI* 100g ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G, M.EX.SAŁ Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2366.28 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9586.84 kJ; Białko ogółem: 94.09 g; Tłuszcz: 72.53 g; Węglowodany ogółem: 349.71 g; suma cukrów prostych: 56.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.63 g; Błonnik pokarmowy: 43.10 g; Sól: 8.20 g;		
<b>wtorek 2024-05-14</b>		
<b>Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), POLĘDWICA SOP DROB* 50g ( <b>SOJ</b> ), TWAROŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b> ), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g ( <b>GLU</b> ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SZPINAK GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, MLE</b> ), JABŁKO PIECZONE* 150g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g ( <b>MLE</b> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2416.03 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9812.48 kJ; Białko ogółem: 117.26 g; Tłuszcz: 70.32 g; Węglowodany ogółem: 341.85 g; suma cukrów prostych: 70.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.49 g; Błonnik pokarmowy: 29.64 g; Sól: 7.57 g;		
<b>wtorek 2024-05-14</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA BEZ TŁ</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), POLĘDWICA SOP DROB* 50g ( <b>SOJ</b> ), TWAROŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b> ), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g ( <b>GLU</b> ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), JABŁKO PIECZONE* 150g, SZPINAK GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, MLE</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2294.55 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9312.88 kJ; Białko ogółem: 117.86 g; Tłuszcz: 55.18 g; Węglowodany ogółem: 346.08 g; suma cukrów prostych: 71.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.97 g; Błonnik pokarmowy: 32.00 g; Sól: 7.67 g;		
<b>wtorek 2024-05-14</b>		
<b>Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt., TWAROŻEK* 100g ( <b>MLE</b> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> GALARETKA MLECZNA* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</b> ),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( <b>MLE</b> ), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), JABŁKO PIECZONE* 150g, SZPINAK GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, MLE</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g ( <b>MLE</b> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2396.91 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9731.20 kJ; Białko ogółem: 104.25 g; Tłuszcz: 68.40 g; Węglowodany ogółem: 354.41 g; suma cukrów prostych: 69.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.15 g; Błonnik pokarmowy: 30.18 g; Sól: 6.29 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-05-14</b>		
<b>Dieta: BOGATOBIALKOWA</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNKA KAJZERKA 1szt ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g ( <b>SOJ</b> ), TWAROŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ), II Śniadanie: GALARETKA MLECZNA* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</b> ),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI * 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), KASZA JEĆZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b> ), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g ( <b>GLU</b> ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SURÓWKA Z KAP PEK,MARCH,JABŁ Z JOG*/ 100g ( <b>MLE</b> ), BROKUŁY GOTOWANE * 100g , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> JABŁKO PIECZONE Z SEREM* 150g ( <b>MLE</b> ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g ( <b>MLE</b> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , MARCHEW ŚW. W PIASTRACH 80g , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2405.44 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9772.00 kJ; Białko ogółem: 124.51 g; Tłuszcz: 65.14 g; Węglowodany ogółem: 347.38 g; suma cukrów prostych: 84.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.94 g; Błonnik pokarmowy: 37.09 g; Sól: 8.59 g;		
<b>wtorek 2024-05-14</b>		
<b>Dieta: DZIECIĘCA 1-3</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 150ml ( <b>MLE</b> ), BUŁKA PSZENNKA KROJ * 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), TWAROŻEK* 50g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA Z LIŚCIEM* 30g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR B/SKÓRY 60g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: MANDARYNKA* 150g ,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAK* 150ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 75g ( <b>MLE</b> ), FILET Z KURCZAKA PIECZONY W ZIOŁACH PROWANSALSKICH* 60g , BROKUŁY GOTOWANE * 80g , SZPINAK GOTOWANY* 80g ( <b>GLU, MLE</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> GALARETKA MLECZNA* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</b> ),	BUŁKA PSZENNKA KROJ * 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), MARCHEW KARB GOTZ ZIOŁ* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1198.11 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 4827.43 kJ; Białko ogółem: 72.62 g; Tłuszcz: 37.49 g; Węglowodany ogółem: 150.83 g; suma cukrów prostych: 48.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.09 g; Błonnik pokarmowy: 19.69 g; Sól: 4.57 g;		
<b>wtorek 2024-05-14</b>		
<b>Dieta: DZIECIĘCA 4-9</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 150ml ( <b>MLE</b> ), CHLEB RAZOWY * 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNKA KAJZERKA 1szt ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), TWAROŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: MANDARYNKA* 150g ,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAK* 200ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g ( <b>MLE</b> ), FILET Z KURCZAKA PIECZONY W ZIOŁACH PROWANSALSKICH* 80g , BROKUŁY GOTOWANE * 100g , SURÓWKA Z KAP PEK,MARCH,JABŁ Z JOG*/ 100g ( <b>MLE</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> GALARETKA MLECZNA* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</b> ),	BUŁKA PSZENNKA KROJ * 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), CHLEB RAZOWY * 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), MARCHEW ŚW. W PIASTRACH 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1560.82 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6365.57 kJ; Białko ogółem: 96.09 g; Tłuszcz: 38.32 g; Węglowodany ogółem: 219.09 g; suma cukrów prostych: 62.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.22 g; Błonnik pokarmowy: 26.00 g; Sól: 7.78 g;		
<b>wtorek 2024-05-14</b>		
<b>Dieta: DZIECIĘCA 10-18</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNKA KAJZERKA 1szt ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), TWAROŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ), II Śniadanie: MANDARYNKA* 150g ,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI * 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( <b>MLE</b> ), FILET Z KURCZAKA PIECZONY W ZIOŁACH PROWANSALSKICH* 80g , BROKUŁY GOTOWANE * 100g , SURÓWKA Z KAP PEK,MARCH,JABŁ Z JOG*/ 100g ( <b>MLE</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> GALARETKA MLECZNA* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</b> ),	BUŁKA PSZENNKA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), MARCHEW ŚW. W PIASTRACH 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2234.94 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9052.96 kJ; Białko ogółem: 117.91 g; Tłuszcz: 66.33 g; Węglowodany ogółem: 306.02 g; suma cukrów prostych: 84.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.06 g; Błonnik pokarmowy: 32.65 g; Sól: 9.03 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-05-14</b> <b>Dieta: PAPPKOWATA BEZ MLEKA</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA WYW JARZ MIX* 400ml ( <b>MLE, SEL</b> ), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOP DROB MIEL* 50g ( <b>SOJ</b> ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> CHRUPKI KUKURYDZ* 20g,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEM B/ML MIX* 400ml ( <b>GLU, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( <b>MLE</b> ), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), JABŁKO PIECZONE* 150g, SZPINAK GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, MLE</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP MIELONA* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> RYŻ Z JABŁKIEM* 200g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2020.47 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8105.03 kJ; Białko ogółem: 85.74 g; Tłuszcz: 55.90 g; Węglowodany ogółem: 309.17 g; suma cukrów prostych: 70.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.61 g; Błonnik pokarmowy: 33.32 g; Sól: 6.60 g;		
<b>wtorek 2024-05-14</b> <b>Dieta: PŁYNNA</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU PŁYNNĄ* 400ml ( <b>JAJ, MLE</b> ), GALARETKA OWOCOWA PŁYNNĄ* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> ), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ), <b>II Śniadanie:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	PŁYNNA OB* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), SOK POMIDOROWY* 1szt, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> GALARETKA MLECZNA* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</b> ),	PŁYNNA KOL* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), SEREK NATURALNY HOM* 1szt ( <b>MLE</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2016.16 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8116.60 kJ; Białko ogółem: 116.70 g; Tłuszcz: 71.05 g; Węglowodany ogółem: 236.65 g; suma cukrów prostych: 66.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.17 g; Błonnik pokarmowy: 26.67 g; Sól: 4.95 g;		
<b>wtorek 2024-05-14</b> <b>Dieta: SONDA</b>		
SONDA MLECZNA* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ), <b>II Śniadanie:</b> SONDA 2 ŚN, PODW* 300ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ),	SONDA OB* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), SOK POMIDOROWY* 1szt, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	SONDA KOL* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml ( <b>GLU, MLE</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> SONDA PN* 250ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2873.05 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 12053.31 kJ; Białko ogółem: 138.45 g; Tłuszcz: 109.47 g; Węglowodany ogółem: 347.17 g; suma cukrów prostych: 89.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 62.17 g; Błonnik pokarmowy: 40.66 g; Sól: 4.64 g;		
<b>wtorek 2024-05-14</b> <b>Dieta: SONDA BEZ MLEKA</b>		
SONDA B/ MLEKA ŚN* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), SOK JABŁKOWY* 200ml, HERBATA B/CUKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> SONDA 2 ŚN, PODW* 300ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ),	SONDA B/MLEKA OB* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), SOK POMIDOROWY* 1szt, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> GALARETKA OWOCOWA PŁYNNĄ* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> ),	SONDA B/ML KOL* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml ( <b>GLU, MLE</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2444.88 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10266.63 kJ; Białko ogółem: 103.33 g; Tłuszcz: 78.50 g; Węglowodany ogółem: 348.70 g; suma cukrów prostych: 78.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.38 g; Błonnik pokarmowy: 46.97 g; Sól: 4.89 g;		
<b>wtorek 2024-05-14</b> <b>Dieta: KLEIKOWA</b>		
KLEIK ZKASZY MANNY* 400g ( <b>GLU</b> ), SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), HERBATA B/CUKRU* 250ml,	KLEIK ZKASZY MANNY* 400g ( <b>GLU</b> ), SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), HERBATA B/CUKRU* 250ml,	KLEIK ZKASZY MANNY* 400g ( <b>GLU</b> ), SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 745.48 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 3153.44 kJ; Białko ogółem: 23.41 g; Tłuszcz: 9.41 g; Węglowodany ogółem: 141.40 g; suma cukrów prostych: 0.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.10 g; Błonnik pokarmowy: 18.88 g; Sól: 1.19 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-05-14		
Dieta: WEGAŃSKA		
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <b>MLE, SEL</b> ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO ŚNIADANIOWE 15g ( <b>MLE</b> ), PASTA WARZYWNA * 80g ( <b>SEL</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , RZODKIEWKA 20g , RYŻ Z WARZYWAMI* 200g , <b>II Śniadanie:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMN B/MLEKA* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), KASZOTTO WEGAŃSKIE Z SOSEM KOPERKOWYM* 350g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml , SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ Z OLEJEM*/ 100g , BROKUŁY GOTOWANE * 100g , <b>Podwieczorek:</b> MANDARYNKA* 150g ,	PASTA Z CIECIERZYCY Z WARZYWAMI* 100g ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO ŚNIADANIOWE 15g ( <b>MLE</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , OGÓREK KISZONY* 80g , <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ), SURÓWKA WARZYWNA Z OLI 100g ( <b>SEL</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2264.63 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9159.12 kJ; Białko ogółem: 57.95 g; Tłuszcz: 68.93 g; Węglowodany ogółem: 376.37 g; suma cukrów prostych: 70.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.55 g; Błonnik pokarmowy: 60.85 g; Sól: 8.36 g;		

Dietetyk

.....