

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-18		
Dieta: PODSTAWOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g , TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , RUKOLA* 15g , KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>),	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMN ZW* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , STEK WP MIEL SMAŻONY 100G Z CEBUL 30G* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI ZASMAŻANE* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/CIUK* 250ml , SURÓWKA WARZYWNA Z OGÓRKIEM KISZ Z OL* 100g (<i>SEL</i>),	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% t 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), OGÓREK KISZONY* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA Z/C* 250ml , BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>), Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX. SAŁATA, SZYNKA, TOSTOWA 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2606.57 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10887.35 kJ; Białko ogółem: 113.98 g; Tłuszcz: 93.26 g; Węglowodany ogółem: 340.51 g; suma cukrów prostych: 86.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.87 g; Błonnik pokarmowy: 26.84 g; Sól: 9.78 g;		
poniedziałek 2024-03-18		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g , TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g , RUKOLA* 15g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>),	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIANKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g (<i>SEL</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/CIUK* 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% t 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , JABŁKO 150g , HERBATA Z/C* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX. SAŁATA, SZYNKA, TOSTOWA 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2358.43 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9856.90 kJ; Białko ogółem: 106.90 g; Tłuszcz: 72.51 g; Węglowodany ogółem: 333.97 g; suma cukrów prostych: 85.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.76 g; Błonnik pokarmowy: 30.32 g; Sól: 8.03 g;		
poniedziałek 2024-03-18		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g , TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , RUKOLA* 15g , KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), II Śniadanie: JABŁKO 150g ,	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIANKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g (<i>SEL</i>), KOMPOT OWOCOWY Z JABŁKIEM B/C* 250ml , Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	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% t 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), OGÓREK KISZONY* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA Z/C* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWY 50G, M.EX. SAŁATA, SZYNKA, TOSTOWA 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2361.30 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9871.21 kJ; Białko ogółem: 110.53 g; Tłuszcz: 69.63 g; Węglowodany ogółem: 337.90 g; suma cukrów prostych: 85.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.18 g; Błonnik pokarmowy: 31.16 g; Sól: 10.04 g;		
poniedziałek 2024-03-18		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
KASZA MANNA 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>), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g , TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , RUKOLA* 15g , KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>),	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIANKAMI* 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>), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g (<i>SEL</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/CIUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA Z/C* 250ml , JABŁKO 150g , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX. SAŁATA, SZYNKA, TOSTOWA 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2376.83 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9938.50 kJ; Białko ogółem: 105.86 g; Tłuszcz: 72.35 g; Węglowodany ogółem: 338.85 g; suma cukrów prostych: 86.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.74 g; Błonnik pokarmowy: 27.84 g; Sól: 8.03 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-18 Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, TWAROŻEK* 70g (MLE), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, JABŁKO PIECZONE* 150g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (GLU), DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 40g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATKA Z RYŻU I WARZYW Z WĘDL Z OLEJEM* 120g (MLE, SEL, GOR), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX. SAŁATĄ, SZYNKĄ, TOSTOWĄ 20G 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2557.25 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10603.01 kJ; Białko ogółem: 109.21 g; Tłuszcz: 79.86 g; Węglowodany ogółem: 364.79 g; suma cukrów prostych: 84.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.41 g; Błonnik pokarmowy: 29.90 g; Sól: 7.76 g;		
poniedziałek 2024-03-18 Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), TWAROŻEK* 70g (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, JABŁKO PIECZONE* 150g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI 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 MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, Podwieczorek: RYŻ Z JABŁKIEM* 200g (MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 40g, SAŁATKA Z RYŻU I WARZYW Z WĘDL Z OLEJEM* 120g (MLE, SEL, GOR), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 30G, M.EX., MIĘ SZYNKĄ GOT 20G* 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2646.72 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11038.25 kJ; Białko ogółem: 112.63 g; Tłuszcz: 80.33 g; Węglowodany ogółem: 384.49 g; suma cukrów prostych: 106.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.93 g; Błonnik pokarmowy: 30.81 g; Sól: 4.70 g;		
poniedziałek 2024-03-18 Dieta: BOGATOBIALKOWA		
KASZA MANNA 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), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, TWAROŻEK* 70g (MLE), POMIDOR 60g, RUKOLA* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE), II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),	ZUPA KALAFIOROWA ZIEMNIAKAMI* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI 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), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g (SEL), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), HERBATA ZC* 250ml, JABŁKO 150g, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX. SAŁATĄ, SZYNKĄ, TOSTOWĄ 20G 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2535.73 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10610.40 kJ; Białko ogółem: 115.89 g; Tłuszcz: 75.74 g; Węglowodany ogółem: 361.61 g; suma cukrów prostych: 104.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.83 g; Błonnik pokarmowy: 29.06 g; Sól: 8.71 g;		
poniedziałek 2024-03-18 Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
KASZA MANNA NA MLEKU* 150ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, TWAROŻEK* 50g (MLE), POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, RUKOLA* 15g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE), II Śniadanie: SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/ CUK* 1szt,	ZUPA KALAFIOROWA ZIEMNIAKAMI* 200ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g, GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 50ml (GLU, MLE, SEL), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (GLU), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g (SEL), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 50g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA ZC* 250ml, JABŁKO 100g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX. SAŁ, POŁĘDWICY SOP 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1815.58 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7635.30 kJ; Białko ogółem: 87.62 g; Tłuszcz: 55.36 g; Węglowodany ogółem: 252.14 g; suma cukrów prostych: 92.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.05 g; Błonnik pokarmowy: 21.61 g; Sól: 7.03 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-18 Dieta: BEZGLUTENOWA		
RYŻNA MLEKU* 350ml (MLE), PIECZYWO B/GLUTENOWE* 100g (ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, TWAROŻEK* 70g (MLE), POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, RUKOLA* 15g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE), II Śniadanie: JABŁKO 150g,	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAK B/ GLUT* 400ml (MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC ZKURCZAKA PIECZONY* 80g, BURACZKI GOTOWANE* 100g, SURÓWKA WARZYWNA ZOL/ 100g (SEL), KOMPOTZ MIESZOW Z JABŁKIEM Z/ CIUK* 250ml, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	PIECZYWO B/GLUTENOWE* 120g (ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g, OGÓREK KISZONY* 80g, HERBATA ZC* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z PIECZB/GLUT 50G, M.EX, SAŁ, SZYNKĄ TOSTOWĄ 20G* 1Por (MLE, ORZ, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2321.86 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9674.74 kJ; Białko ogółem: 93.91 g; Tłuszcz: 76.61 g; Węglowodany ogółem: 320.29 g; suma cukrów prostych: 98.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.99 g; Błonnik pokarmowy: 28.13 g; Sól: 9.51 g;		
poniedziałek 2024-03-18 Dieta: PAPKOWATA		
KASZA MANNA NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKA WP. Z KOTŁA MIELONA* 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW KARB GOTZ ZIOL* 60g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE), TWAROŻEK* 70g (MLE), JABŁKO PIECZONE* 150g, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAK 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 ZMIESZOW Z JABŁKIEM Z/ CIUK* 250ml, Podwieczorek: RYŻ Z JABŁKIEM* 200g (MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA MIELONA* 40g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g, ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), HERBATA ZC* 250ml, SAŁATKA Z RYŻU I WARZYW Z WĘDL Z OLEJEM* 120g (MLE, SEL, GOR), Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2572.20 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10724.61 kJ; Białko ogółem: 121.36 g; Tłuszcz: 80.49 g; Węglowodany ogółem: 356.99 g; suma cukrów prostych: 113.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.09 g; Błonnik pokarmowy: 34.80 g; Sól: 7.92 g;		
poniedziałek 2024-03-18 Dieta: PŁYNNA		
KASZA MANNA NA MLEKU PIYNNNA* 400ml (GLU, JAJ, MLE), SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE), KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE), II Śniadanie: SOK JABŁKOWY* 200ml,	PŁYNNA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KISIEL* 150ml, KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM Z/ CIUK* 250ml, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	PŁYNNA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU), HERBATA ZC* 250ml, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2175.03 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9151.98 kJ; Białko ogółem: 111.69 g; Tłuszcz: 69.18 g; Węglowodany ogółem: 286.23 g; suma cukrów prostych: 99.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.87 g; Błonnik pokarmowy: 25.32 g; Sól: 4.70 g;		
poniedziałek 2024-03-18 Dieta: BOGATORESZTKOWA		
KASZA MANNA 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), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE), POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, RUKOLA* 15g, TWAROŻEK* 70g (MLE), II Śniadanie: SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOG* 130g (MLE),	KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (GLU), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM Z/ CIUK* 250ml, ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g (SEL), Podwieczorek: JABŁKO 150g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), HERBATA ZC* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), SURÓWKA Z BIAŁEJ RZODKWI, MARCHWI I JABŁKA 100g (MLE), Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G, M.EX, SAŁ, SZYNKĄ TOSTOWĄ 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2632.26 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11016.19 kJ; Białko ogółem: 110.51 g; Tłuszcz: 73.80 g; Węglowodany ogółem: 401.05 g; suma cukrów prostych: 103.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.51 g; Błonnik pokarmowy: 41.35 g; Sól: 9.41 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-19		
Dieta: PODSTAWOWA		
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>), PASTA JAJECZNA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), POMIDOR 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, 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, 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>), MARCHEW ŚW. W PIASTRACH 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2371.36 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9606.87 kJ; Białko ogółem: 109.84 g; Tłuszcz: 78.65 g; Węglowodany ogółem: 318.19 g; suma cukrów prostych: 72.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.12 g; Błonnik pokarmowy: 39.42 g; Sól: 6.28 g;		
wtorek 2024-03-19		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
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>), PASTA JAJECZNA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), POMIDOR 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, 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, PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 100g (<i>SEL, GOR</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, MARCHEW ŚW. W PIASTRACH 80g, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2348.94 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9523.98 kJ; Białko ogółem: 121.20 g; Tłuszcz: 71.18 g; Węglowodany ogółem: 324.13 g; suma cukrów prostych: 70.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.20 g; Błonnik pokarmowy: 38.20 g; Sól: 6.69 g;		
wtorek 2024-03-19		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), PASTA JAJECZNA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</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 B/CUKRU* 250ml, Podwieczorek: MANDARYNKA* 150g,	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>), MARCHEW ŚW. W PIASTRACH 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWY, MEX, SAŁ Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2592.02 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10548.75 kJ; Białko ogółem: 118.17 g; Tłuszcz: 74.42 g; Węglowodany ogółem: 380.25 g; suma cukrów prostych: 85.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.26 g; Błonnik pokarmowy: 48.45 g; Sól: 7.44 g;		
wtorek 2024-03-19		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
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>), SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), POMIDOR 60g, PASTA Z BIAŁKA JAJKA I WĘDLINY* 60g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g,	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, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ Z JOG*/ 100g (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<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>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, MARCHEW ŚW. W PIASTRACH 80g, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2391.82 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9710.14 kJ; Białko ogółem: 112.66 g; Tłuszcz: 67.79 g; Węglowodany ogółem: 346.15 g; suma cukrów prostych: 72.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.46 g; Błonnik pokarmowy: 40.47 g; Sól: 6.88 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-19		
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), POLĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), PASTA Z BIAŁKA JAJKA I WĘDLLINY* 60g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (GLU), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (GLU, MLE, SEL), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), JABŁKO PIECZONE* 150g, KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 10g (MLE), PASTA DROBOWO-WARZYWNA* 100g (SEL, GOR), HERBATA GRAN ZCYTRYNA B/CIUKRU* 250ml, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2380.72 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9668.08 kJ; Białko ogółem: 117.27 g; Tłuszcz: 64.71 g; Węglowodany ogółem: 347.45 g; suma cukrów prostych: 72.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.26 g; Błonnik pokarmowy: 32.49 g; Sól: 6.39 g;		
wtorek 2024-03-19		
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), MIÓD 50g, PASTA Z BIAŁKA JAJKA I WĘDLLINY* 60g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: GALARETKA MLECZNA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, ZRAZWP MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (GLU, MLE, SEL), JABŁKO PIECZONE* 150g, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 10g (MLE), TWAROŻEK* 120g (MLE), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNA B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2302.26 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9339.81 kJ; Białko ogółem: 106.85 g; Tłuszcz: 58.84 g; Węglowodany ogółem: 349.87 g; suma cukrów prostych: 68.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.25 g; Błonnik pokarmowy: 30.00 g; Sól: 4.53 g;		
wtorek 2024-03-19		
Dieta: BOGATOBIALKOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), POLĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), PASTA JAJECZNA* 60g (JAJ, MLE), POMIDOR 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: GALARETKA MLECZNA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI * 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (GLU), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ Z JOG*/ 100g (MLE), BROKUŁY GOTOWANE * 100g, KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, Podwieczorek: JABŁKO PIECZONE Z SEREM* 150g (MLE),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 15g (MLE), PASTA DROBOWO-WARZYWNA* 100g (SEL, GOR), SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, HERBATA GRAN ZCYTRYNA B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2482.34 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10087.98 kJ; Białko ogółem: 126.48 g; Tłuszcz: 71.24 g; Węglowodany ogółem: 352.71 g; suma cukrów prostych: 87.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.74 g; Błonnik pokarmowy: 39.92 g; Sól: 6.87 g;		
wtorek 2024-03-19		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 200ml (MLE), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), SZYNKA ZLIŚCIEM* 50g (MLE, GOR, SO2), PASTA JAJECZNA* 60g (JAJ, MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: GALARETKA MLECZNA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAK* 200ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (MLE), FILET Z KURCZAKA PIECZONY W ZIOŁACH PROWANSALSKICH* 80g, BROKUŁY GOTOWANE * 100g, SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ Z JOG*/ 100g (MLE), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, Podwieczorek: MANDARYNKA* 150g,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), PASTA DROBOWO-WARZYWNA* 100g (SEL, GOR), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNA B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1692.56 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6838.20 kJ; Białko ogółem: 98.74 g; Tłuszcz: 48.67 g; Węglowodany ogółem: 227.30 g; suma cukrów prostych: 65.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.00 g; Błonnik pokarmowy: 27.96 g; Sól: 6.03 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-20		
Dieta: PODSTAWOWA		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, 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, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt , PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g , MIX SAŁAT* 15g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml ,	ZUPA BARSZCZ CZEŚKI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), PIEROGI LENIWE Z MASŁEM I BUŁKĄ TARTĄ* 300g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ</i>), POMARAŃCZA 1/2 SZT* 130g , SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (<i>MLE</i>), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 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% 1 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), OGÓREK KISZONY* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA ZBUŁKI 50G, M. EX I SZYNKĄ DĘBOWĄ 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2499.95 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10523.29 kJ; Białko ogółem: 88.52 g; Tłuszcz: 69.43 g; Węglowodany ogółem: 394.59 g; suma cukrów prostych: 72.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.01 g; Błonnik pokarmowy: 29.53 g; Sól: 9.52 g;		
środa 2024-03-20		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt , POMIDOR 60g , MIX SAŁAT* 15g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml ,	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), PIEROGI LENIWE Z MASŁEM I BUŁKĄ TARTĄ* 300g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ</i>), POMARAŃCZA 1/2 SZT* 130g , SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (<i>MLE</i>), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml ,	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% 1 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), KALAFIOR GOTOWANY* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA ZBUŁKI 50G, M. EX I SZYNKĄ DĘBOWĄ 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2491.42 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10487.72 kJ; Białko ogółem: 89.88 g; Tłuszcz: 71.22 g; Węglowodany ogółem: 387.07 g; suma cukrów prostych: 69.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.90 g; Błonnik pokarmowy: 29.32 g; Sól: 7.98 g;		
środa 2024-03-20		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYŚW. WĘGL.		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, 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, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), POWIDŁA JABŁKOWE* 70g , MIX SAŁAT* 15g , PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/C UKRU* 250ml , II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml ,	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), PIEROGI LENIWE Z MASŁEM I BUŁKĄ TARTĄ* 300g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ</i>), POMARAŃCZA 1/2 SZT* 130g , SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (<i>MLE</i>), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 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% 1 15g (<i>MLE</i>), OGÓREK KISZONY* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWY 50G, M. EX , SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2393.29 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10065.29 kJ; Białko ogółem: 93.02 g; Tłuszcz: 69.15 g; Węglowodany ogółem: 364.74 g; suma cukrów prostych: 76.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.20 g; Błonnik pokarmowy: 31.35 g; Sól: 9.72 g;		
środa 2024-03-20		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
PLĄTKI OWSIANE 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>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt , POMIDOR 60g , MIX SAŁAT* 15g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml ,	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), PIEROGI LENIWE Z MASŁEM I BUŁKĄ TARTĄ* 300g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ</i>), POMARAŃCZA 1/2 SZT* 130g , SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (<i>MLE</i>), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), KALAFIOR GOTOWANY* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA ZBUŁKI 50G, M. EX I SZYNKĄ DĘBOWĄ 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2509.82 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10569.32 kJ; Białko ogółem: 88.84 g; Tłuszcz: 71.06 g; Węglowodany ogółem: 391.95 g; suma cukrów prostych: 69.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.87 g; Błonnik pokarmowy: 26.84 g; Sól: 7.98 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-20		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
RYŻNA MLEKU* 350ml (MLE), PIECZYWO B/GLUTENOWE* 100g (ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYŃKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 15g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml ,	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM B/GLUTENU* 400ml (MLE, SEL), MAKARON B/GLUTENOWY Z SEREM I POLEWĄ JOGURTOWO-OWOCOWĄ* 400g (JAJ, MLE), POMARAŃCZA 1/2 SZT* 130g, SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (MLE), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ500ml , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	PIECZYWO B/GLUTENOWE* 120g (ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), OGÓREK KISZONY* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z PIECZ B/GLUT 50G.M.EX., SAŁ., SZYŃKA DĘBOWA20G 1Por (MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2356.76 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9909.24 kJ; Białko ogółem: 69.44 g; Tłuszcz: 61.42 g; Węglowodany ogółem: 384.81 g; suma cukrów prostych: 99.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.87 g; Błonnik pokarmowy: 21.80 g; Sól: 9.99 g;		
środa 2024-03-20		
Dieta: PAKOWATA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), KIEŁBASA SZYŃKOWA WP MIELONA* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, JABŁKO PRAŻONE* 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml ,	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM MIX* 400ml (GLU, MLE, SEL), MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY* 200g (GLU, JAJ), KLOPSIK DROBIOWY GOTDIETA* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), KIWI*/ 1szt, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ500ml , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), POŁĘDWICA DROB ANI MIEL* 70g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), SAŁATKA JARZYNOWA 3skł.* 120g (MLE, SEL), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , Posiłek nocny: KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2361.25 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9950.01 kJ; Białko ogółem: 101.26 g; Tłuszcz: 54.29 g; Węglowodany ogółem: 381.18 g; suma cukrów prostych: 88.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.87 g; Błonnik pokarmowy: 28.84 g; Sól: 6.18 g;		
środa 2024-03-20		
Dieta: PŁYNNA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU PŁYNNĄ* 400ml (GLU, JAJ, MLE), JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , II Śniadanie: KISIEL* 150ml ,	PŁYNNA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ500ml , GALARETKA OWOCOWA PŁYNNĄ* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ), Podwieczorek: KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU),	PŁYNNA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , Posiłek nocny: KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2057.24 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8650.03 kJ; Białko ogółem: 106.29 g; Tłuszcz: 66.15 g; Węglowodany ogółem: 268.05 g; suma cukrów prostych: 63.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.14 g; Błonnik pokarmowy: 23.98 g; Sól: 2.81 g;		
środa 2024-03-20		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYŃKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, MIX SAŁAT* 15g, POMIDOR 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), PIEROGI LENIWE Z MASŁEM I BUŁKĄ TARTĄ* 300g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (MLE), POMARAŃCZA 1/2 SZT* 130g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ500ml , Podwieczorek: CUKINIA PAROWA Z ZIOŁAMI* 150g,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATKA JARZYNOWA 3skł.* 120g (MLE, SEL), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWY 50G, M.EX., SAŁ I SZYŃKĄ DĘB 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2694.21 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11340.58 kJ; Białko ogółem: 98.21 g; Tłuszcz: 72.64 g; Węglowodany ogółem: 429.54 g; suma cukrów prostych: 83.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.58 g; Błonnik pokarmowy: 36.50 g; Sól: 8.98 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-21		
Dieta: PODSTAWOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<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>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), SAŁATA LODOWA* 20g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), OGÓREK śW 60g ,	ZUPA DYNIOWA ZZIEMNIAK* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , UDZIEC ZKURCZAKA PIECZONY* 80g , SOS JARZYNOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), SURÓWKA ZKAP PEK,MARCH,JABŁ,KUK Z WNEGR* 100g (<i>GOR</i>), KOMPOTZ CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml , BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>),	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>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA*/ 40g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , SAŁATKA Z MAK,KUK,BROK,MAR,WĘD ZW* 120g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2265.98 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9520.45 kJ; Białko ogółem: 102.97 g; Tłuszcz: 76.59 g; Węglowodany ogółem: 304.17 g; suma cukrów prostych: 66.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.97 g; Błonnik pokarmowy: 27.64 g; Sól: 7.59 g;		
czwartek 2024-03-21		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, 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>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), SAŁATA LODOWA* 20g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), JABŁKO 150g ,	ZUPA DYNIOWA ZZIEMNIAK DIETA* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g , SOS JARZYNOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), SURÓWKA ZKAP PEK,MARCH,JABŁ,KUK Z WNEGR* 100g (<i>GOR</i>), KOMPOTZ CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml , BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>),	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>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA*/ 40g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATKA Z MAK,KUK,BROK,WĘD,JOG* 120g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2207.16 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9273.13 kJ; Białko ogółem: 103.42 g; Tłuszcz: 69.71 g; Węglowodany ogółem: 305.87 g; suma cukrów prostych: 79.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.76 g; Błonnik pokarmowy: 30.95 g; Sól: 7.19 g;		
czwartek 2024-03-21		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), SAŁATA LODOWA* 20g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), OGÓREK śW 60g , II Śniadanie: KRAKERSY 15g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>),	ZUPA DYNIOWA ZZIEMNIAK DIETA* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g , SURÓWKA ZKAP PEK,MARCH,JABŁ,KUK Z WNEGR* 100g (<i>GOR</i>), KOMPOTZ CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml , SOS JARZYNOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), Podwieczorek: SOK POMIDOROWY* 1szt,	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>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA*/ 40g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATKA Z MAK,KUK,BROK,WĘD,JOG* 120g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), Posiłek nocny: CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO ROŚLINNE 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA*/ 20g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA MASŁOWA 15g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2281.11 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9579.33 kJ; Białko ogółem: 104.90 g; Tłuszcz: 76.62 g; Węglowodany ogółem: 308.93 g; suma cukrów prostych: 62.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.97 g; Błonnik pokarmowy: 34.02 g; Sól: 9.57 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-21		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PASTA Z SERA BIAŁEGO I WĘDLINY* 60g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), SAŁATA LODOWA* 20g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), JABŁKO 150g ,	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMNIAK DIETA* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g , SOS JARZYNOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), SURÓWKA Z KAP PEK,MARCH,JABŁ,KUK Z WNEGR* 100g (<i>GOR</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml , BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA*/ 40g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% † 15g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , SAŁATKA Z MAK,KUK,BROK,WĘD,JOG* 120g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2193.86 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9226.13 kJ; Białko ogółem: 102.24 g; Tłuszcz: 65.06 g; Węglowodany ogółem: 312.94 g; suma cukrów prostych: 81.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.05 g; Błonnik pokarmowy: 28.47 g; Sól: 7.67 g;		
czwartek 2024-03-21		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), PASTA Z SERA BIAŁEGO I WĘDLINY* 60g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), POMIDOR B/SKÓRY 60g ,	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMNIAK DIETA* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g , BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml , SOS JARZYNOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g ,	BUŁKA PSZENNNA KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% † 10g (<i>MLE</i>), HERBATA B/CUKRU* 250ml , SAŁATKA Z MAKARONU , WARZYW Z WĘDLINĄ DR-WP DIETA* 120g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA*/ 40g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2221.76 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9361.16 kJ; Białko ogółem: 105.86 g; Tłuszcz: 56.45 g; Węglowodany ogółem: 335.25 g; suma cukrów prostych: 82.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.30 g; Błonnik pokarmowy: 26.79 g; Sól: 7.95 g;		
czwartek 2024-03-21		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ZOŁ		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g (<i>SEL, GOR</i>), TWAROŻEK* 100g (<i>MLE</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g , POMIDOR B/SKÓRY 60g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>),	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMNIAK DIETA* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), SOS JARZYNOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml , JABŁKO PIECZONE* 150g , Podwieczorek: BISKOPTY B/C* 20g (<i>GLU, JAJ, ORZ</i>),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% † 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 40g , SAŁATKA Z MAKARONU , WARZYW Z WĘDLINĄ DR-WP DIETA* 120g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), HERBATA B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2367.96 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9972.76 kJ; Białko ogółem: 131.21 g; Tłuszcz: 64.46 g; Węglowodany ogółem: 329.58 g; suma cukrów prostych: 83.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.92 g; Błonnik pokarmowy: 29.08 g; Sól: 6.07 g;		
czwartek 2024-03-21		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), SAŁATA LODOWA* 20g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), JABŁKO 150g , II Śniadanie: KANAPKA Z BUŁKI 30G,M. EX I SZYNKĄ DĘBOWĄ 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMNIAK DIETA* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g , SURÓWKA Z KAP PEK,MARCH,JABŁ,KUK Z WNEGR* 100g (<i>GOR</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml , SOS JARZYNOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), Podwieczorek: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),	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 , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA*/ 40g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATKA Z MAK,KUK,BROK,WĘD,JOG* 120g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2452.46 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10310.33 kJ; Białko ogółem: 112.82 g; Tłuszcz: 76.17 g; Węglowodany ogółem: 343.15 g; suma cukrów prostych: 92.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.95 g; Błonnik pokarmowy: 30.30 g; Sól: 8.21 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-21		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
KASZA MANNA NA MLEKU* 150ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), SAŁATA LODOWA* 20g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, JABŁKO 100g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 30g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), II Śniadanie: KRAKERSY 15g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>),	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMNIAKIEM * 200ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (<i>MLE</i>), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g, SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁKO, KUK Z WINEGR* 100g (<i>GOR</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml, SOS JARZYNOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), Podwieczorek: BANAN 1szt,	BUŁKA PSZENNA 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>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 40g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATKA Z MAK, KUK, BROK, WĘD, JOG* 80g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1742.84 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7332.61 kJ; Białko ogółem: 79.59 g; Tłuszcz: 48.04 g; Węglowodany ogółem: 259.32 g; suma cukrów prostych: 87.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.69 g; Błonnik pokarmowy: 25.25 g; Sól: 5.59 g;		
czwartek 2024-03-21		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
KASZA KUKURDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB B/ GLUTENOWY* 100g (<i>ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), HERBATA B/CUKRU* 250ml, SAŁATA LODOWA* 20g, SAŁATA LODOWA* 20g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), JABŁKO 150g, II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMNIAKIEM B/ GLUTENU* 400ml (<i>MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g, SOS JARZYNOWY B/ GLUTENOWY* 100ml (<i>SEL</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁKO, KUK Z WINEGR* 130g (<i>GOR</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml, BURACZKI GOTOWANE* 100g, Podwieczorek: SOK POMIDOROWY* 1szt,	CHLEB B/ GLUTENOWY* 120g (<i>ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 40g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATKA Z RYŻU, BROKUŁÓW I WĘDRO-WP DIETA Z OLEJEM* 120g (<i>MLE, SEL, GOR</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2380.46 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9516.02 kJ; Białko ogółem: 87.76 g; Tłuszcz: 89.30 g; Węglowodany ogółem: 318.12 g; suma cukrów prostych: 90.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.32 g; Błonnik pokarmowy: 37.66 g; Sól: 9.51 g;		
czwartek 2024-03-21		
Dieta: PAKOWATA		
KASZA MANNA NA MLEKU MIX* 400ml (<i>GLU, 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>), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), MARCHEWKARB GOT Z ZIOŁ* 60g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 60g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), II Śniadanie: BANAN 1szt,	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml, SOS JARZYNOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g, Podwieczorek: KRAKERSY 15g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA MIELONA* 70g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATKA Z MAKARONU, WARZYW ZWĘDLINĄ DR-WP DIETA* 120g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2479.33 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10436.58 kJ; Białko ogółem: 120.08 g; Tłuszcz: 67.78 g; Węglowodany ogółem: 362.19 g; suma cukrów prostych: 125.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.82 g; Błonnik pokarmowy: 32.28 g; Sól: 7.95 g;		
czwartek 2024-03-21		
Dieta: PŁYNNA		
KASZA MANNA NA MLEKU PIYNNNA* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), KISIEL* 150ml, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	PŁYNNA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml, SOK JABŁKOWY* 200ml, Podwieczorek: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),	PŁYNNA KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (<i>GLU</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2169.66 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9132.55 kJ; Białko ogółem: 102.36 g; Tłuszcz: 68.69 g; Węglowodany ogółem: 294.56 g; suma cukrów prostych: 103.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.18 g; Błonnik pokarmowy: 23.53 g; Sól: 2.85 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-21		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
KASZA MANNANA 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, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), SAŁATA LODOWA* 20g , POLĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), OGÓREK śW 60g , II Śniadanie: SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOG* 130g (<i>MLE</i>),	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM PEŁNOZIARNISTYM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g , SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁK, KUK Z WNEGR* 130g (<i>GOR</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml , SOS JARZYNOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), Podwieczorek: SOK POMIDOROWY* 1szt,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA*/ 40g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATKA Z MAKARONU PEŁNO ZIAR Z WĘDLINADROB-WP Z OL* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2445.68 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10279.77 kJ; Białko ogółem: 111.26 g; Tłuszcz: 77.48 g; Węglowodany ogółem: 340.39 g; suma cukrów prostych: 81.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.67 g; Błonnik pokarmowy: 40.33 g; Sól: 9.48 g;		
piątek 2024-03-22		
Dieta: PODSTAWOWA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , PASTA JAJECZNA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), KALAFIOR GOTOWANY* 60g , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g ,	ZUPA RUMFORDZKA* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , RYBA FILET SMAŻONY (MIRUNA)* 110g (<i>GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SOS GRECKI PODSTAWA* 100g (<i>GLU, SEL, GOR</i>), SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY Z OL* 100g , KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g ,	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% t 15g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 120g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM ZC* 250ml , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>), Posiłek nocny: BUŁKA MAŚLANA * 2Por, SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/ CUK* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2832.43 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11901.92 kJ; Białko ogółem: 112.54 g; Tłuszcz: 91.65 g; Węglowodany ogółem: 409.34 g; suma cukrów prostych: 108.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.72 g; Błonnik pokarmowy: 37.90 g; Sól: 5.41 g;		
piątek 2024-03-22		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , PASTA JAJECZNA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), KALAFIOR GOTOWANY* 60g , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g ,	ZUPA KRUPNIK JĘCZMIENNY Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 100g (<i>SEL</i>), SOS GRECKI DIETA* 100g (<i>GLU, SEL</i>), KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g , SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	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% t 15g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 120g (<i>MLE</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM ZC* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , Posiłek nocny: BUŁKA MAŚLANA * 2Por, SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/ CUK* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2376.81 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9995.00 kJ; Białko ogółem: 101.25 g; Tłuszcz: 70.41 g; Węglowodany ogółem: 353.92 g; suma cukrów prostych: 97.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.17 g; Błonnik pokarmowy: 35.31 g; Sól: 4.57 g;		
piątek 2024-03-22		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PASTA JAJECZNA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , POWIDŁA JABŁKOWE* 70g , POMIDOR 60g , KALAFIOR GOTOWANY* 60g , II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml ,	ZUPA KRUPNIK JĘCZMIENNY Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 100g (<i>SEL</i>), SOS GRECKI DIETA* 100g (<i>GLU, SEL</i>), KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g , SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , 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% t 15g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 120g (<i>MLE</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWY, M. EXZ WARZYW30G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2294.01 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9646.65 kJ; Białko ogółem: 103.00 g; Tłuszcz: 72.81 g; Węglowodany ogółem: 325.35 g; suma cukrów prostych: 74.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.77 g; Błonnik pokarmowy: 35.78 g; Sól: 5.00 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-22		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 150ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , PASTA JAJECZNA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), KALAFIOR GOTOWANY* 60g , POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g , II Śniadanie: SOK JABŁKOWY* 200ml ,	ZUPA KRUPNIK JĘCZMIENNY Z ZIEMNIAKAMI* 200ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (<i>MLE</i>), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 100g (<i>SEL</i>), SOS GRECKI DIETA* 100g (<i>GLU, SEL</i>), KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g , SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA 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>), TWAROŻEK* 120g (<i>MLE</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM ZC* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , Posiłek nocny: BUŁKA MAŚLANA * 2Por, SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/CIUK* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1915.08 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8070.45 kJ; Białko ogółem: 89.76 g; Tłuszcz: 46.10 g; Węglowodany ogółem: 301.17 g; suma cukrów prostych: 112.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.73 g; Błonnik pokarmowy: 27.78 g; Sól: 4.04 g;		
piątek 2024-03-22		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
RYŻNA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (<i>ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., HERBATA B/CIUKRU* 250ml , PASTA JAJECZNA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), KALAFIOR GOTOWANY* 60g, POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml ,	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml (<i>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 B/GLUT* 100g (<i>SEL</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 100g (<i>SEL</i>), KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g , Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (<i>ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 120g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM ZC* 250ml , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , Posiłek nocny: CHRUPKI KUKURYDZ* 20g, SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/CIUK* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2272.84 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9535.93 kJ; Białko ogółem: 84.32 g; Tłuszcz: 74.26 g; Węglowodany ogółem: 327.02 g; suma cukrów prostych: 111.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.37 g; Błonnik pokarmowy: 27.31 g; Sól: 4.15 g;		
piątek 2024-03-22		
Dieta: PAPKOWATA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU MIX* 400ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , PASTA JAJECZNA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , JABŁKO PIECZONE* 150g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR B/SKÓRY 60g , II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>),	ZUPA KRUPNIK JĘCZMIENNY Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET RYBNY * 100g (<i>GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS GRECKI B/KONC. POMIDOR. 100g (<i>SEL</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g , Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 120g (<i>MLE</i>), ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM ZC* 250ml , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , Posiłek nocny: CIASTO DROŻDŻOWE*/ 40g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/CIUK* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2337.18 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9833.82 kJ; Białko ogółem: 111.62 g; Tłuszcz: 63.95 g; Węglowodany ogółem: 345.10 g; suma cukrów prostych: 123.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.20 g; Błonnik pokarmowy: 30.07 g; Sól: 3.76 g;		
piątek 2024-03-22		
Dieta: PŁYNNA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU PŁYNNY* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA PŁYNNY* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>),	PŁYNNY OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KISIEL B/C* 150ml , KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g , Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	PŁYNNY KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), RYŻ Z JABŁKIEM* 200g (<i>MLE</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM ZC* 250ml , Posiłek nocny: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2116.16 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8892.97 kJ; Białko ogółem: 110.85 g; Tłuszcz: 71.42 g; Węglowodany ogółem: 266.89 g; suma cukrów prostych: 68.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.76 g; Błonnik pokarmowy: 25.95 g; Sól: 3.27 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-24		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
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>), SZYNKA DROB ANI 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), HERBATA Z/C* 250ml , POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g ,	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), SOS MAJERANKOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA* 250g , MANDARYNKA 100g ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% † 15g (<i>MLE</i>), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2161.90 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8751.65 kJ; Białko ogółem: 108.19 g; Tłuszcz: 55.37 g; Węglowodany ogółem: 319.38 g; suma cukrów prostych: 81.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.19 g; Błonnik pokarmowy: 25.75 g; Sól: 6.42 g;		
niedziela 2024-03-24		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROB ANI 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), HERBATA Z/C* 250ml , WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g ,	ZUPA KOPERKOWA ZMAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS MAJERANKOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), SZPINAK GOTOWANY* 150g (<i>GLU</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g , KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA* 250g ,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% † 10g (<i>MLE</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2150.28 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8699.20 kJ; Białko ogółem: 108.53 g; Tłuszcz: 53.30 g; Węglowodany ogółem: 320.78 g; suma cukrów prostych: 86.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.91 g; Błonnik pokarmowy: 26.39 g; Sól: 6.47 g;		
niedziela 2024-03-24		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 30g , WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), TWAROŻEK MIX* 110g (<i>MLE</i>), HERBATA Z/C* 250ml , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA KOPERKOWA ZMAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SZPINAK GOTOWANY* 150g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA* 250g , SOS MAJERANKOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g , Podwieczorek: CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% † 10g (<i>MLE</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , SCHAB GOT B/SOLI* 60g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2471.76 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10053.07 kJ; Białko ogółem: 127.23 g; Tłuszcz: 69.39 g; Węglowodany ogółem: 347.22 g; suma cukrów prostych: 97.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.65 g; Błonnik pokarmowy: 26.99 g; Sól: 4.38 g;		
niedziela 2024-03-24		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
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>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROB ANI 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA Z/C* 250ml , POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA* 250g , SOS MAJERANKOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), MANDARYNKA 100g , Podwieczorek: CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	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>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2365.40 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9607.95 kJ; Białko ogółem: 117.69 g; Tłuszcz: 60.05 g; Węglowodany ogółem: 351.09 g; suma cukrów prostych: 91.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.09 g; Błonnik pokarmowy: 27.70 g; Sól: 6.90 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-24		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 200ml (MLE), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKA DROB ANI 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g , TWAROŻEK* 50g (MLE), HERBATA Z/C* 250ml , POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM* 200ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (MLE), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA* 250g , SOS MAJERANKOWY* 100ml (GLU, SEL), MANDARYNKA 100g , Podwieczorek: CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (GLU, JAJ, MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1759.73 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7208.15 kJ; Białko ogółem: 96.97 g; Tłuszcz: 45.34 g; Węglowodany ogółem: 250.58 g; suma cukrów prostych: 80.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.55 g; Błonnik pokarmowy: 21.32 g; Sól: 5.53 g;		
niedziela 2024-03-24		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA DROB ANI 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g , TWAROŻEK* 70g (MLE), HERBATA Z/C* 250ml , POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM B/ GLUT* 400ml (JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (MLE), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA* 250g , MANDARYNKA 100g , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2200.96 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8891.10 kJ; Białko ogółem: 102.94 g; Tłuszcz: 62.93 g; Węglowodany ogółem: 310.89 g; suma cukrów prostych: 99.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.59 g; Błonnik pokarmowy: 23.78 g; Sól: 6.66 g;		
niedziela 2024-03-24		
Dieta: PAPKOWATA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU MIX* 400ml (MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g , TWAROŻEK* 70g (MLE), JABŁKO PRAŻONE* 70g , HERBATA Z/C* 250ml , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , SZYNKA DROB ANI MIEL* 50g , II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM MIX* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SZPINAK GOTOWANY* 150g (GLU), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA* 250g , SOS MAJERANKOWY* 100ml (GLU, SEL), JABŁKO PIECZONE* 150g , Podwieczorek: CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (GLU, JAJ, MLE),	MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 70g (MLE, GOR, SO2), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE), BUŁKA PSZENNA KROJONA Z MASŁEM* 35g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2408.86 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9779.63 kJ; Białko ogółem: 117.05 g; Tłuszcz: 67.17 g; Węglowodany ogółem: 346.66 g; suma cukrów prostych: 110.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.81 g; Błonnik pokarmowy: 26.74 g; Sól: 5.14 g;		
niedziela 2024-03-24		
Dieta: PŁYNNA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU PŁYNNA* 400ml (JAJ, MLE), GALARETKA OWOCOWA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ), HERBATA Z/C* 250ml , II Śniadanie: SEREK WANILIOWY HOM* 150ml (MLE),	PŁYNNA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA* 250g , KISIEL* 150ml , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	PŁYNNA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1974.92 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7949.09 kJ; Białko ogółem: 92.26 g; Tłuszcz: 63.32 g; Węglowodany ogółem: 266.78 g; suma cukrów prostych: 79.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.22 g; Błonnik pokarmowy: 23.44 g; Sól: 2.01 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-24		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
KASZA KUKURUDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<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% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, POMIDOR 60g, RZODKIEWKA 20g, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM PEŁNOZIARNISTYM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS MAJERANKOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁKUK Z OLEJ* 130g, BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z C* 250g, MANDARYNKA 100g, Podwieczorek: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G, M.EX. ,SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>),	CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z C * 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), JABŁKO 150g, Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2601.64 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10592.63 kJ; Białko ogółem: 125.78 g; Tłuszcz: 66.87 g; Węglowodany ogółem: 388.28 g; suma cukrów prostych: 103.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.70 g; Błonnik pokarmowy: 40.29 g; Sól: 8.25 g;		

Dietetyk

.....