

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-02 Dieta: PODSTAWOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), POŁĘDWICA DROB ANI 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), PASTA Z SERA BIAŁEGO I WĘDLINY Z NATKĄ PIETR* 60g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), JABŁKO 150g, OGÓREK ŚW 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA Z/C* 250ml,	ZUPA ŻUREK Z ZIEMN* 400ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), GULASZ DROBIOWY * 180g (GLU), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA ZOL/ 100g, BROKUŁY GOTOWANE * 100g, KOMPOT ZMIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, BUDYŃ* 150ml (MLE), Posiłek nocny: SOK JABŁKOWY* 200ml, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2418.06 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10182.90 kJ; Białko ogółem: 96.75 g; Tłuszcz: 64.80 g; Węglowodany ogółem: 375.30 g; suma cukrów prostych: 106.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.33 g; Błonnik pokarmowy: 28.30 g; Sól: 7.99 g;		
sobota 2024-03-02 Dieta: PODSTAWOWA BEZ MLEKA		
KASZA MANNA NA WYWARZE JARZ* 350ml (GLU, MLE, SEL), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), POŁĘDWICA DROB ANI 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), PASTA Z JAJKA I WĘDLINY * 60g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), JABŁKO 150g, OGÓREK ŚW 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA Z/C* 250ml,	ZUPA ŻUREK Z ZIEMN B/ML 400ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), GULASZ DROBIOWY * 180g (GLU), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA ZOL/ 100g, BROKUŁY GOTOWANE * 100g, KOMPOT ZMIESZOW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 100g (SEL, GOR), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SOK JABŁKOWY* 200ml, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2328.00 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9789.25 kJ; Białko ogółem: 95.49 g; Tłuszcz: 69.48 g; Węglowodany ogółem: 345.82 g; suma cukrów prostych: 74.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.15 g; Błonnik pokarmowy: 33.32 g; Sól: 7.98 g;		
sobota 2024-03-02 Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), POŁĘDWICA DROB ANI 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), PASTA Z SERA BIAŁEGO I WĘDLINY Z NATKĄ PIETR* 60g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g, JABŁKO 150g, POMIDOR 60g, HERBATA Z/C* 250ml,	ZUPA ŻUREK Z ZIEMN* 400ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), GULASZ DROBIOWY * 180g (GLU), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA ZOL/ 100g, BROKUŁY GOTOWANE * 100g, KOMPOT ZMIESZOW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 80g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, Posiłek nocny: SOK JABŁKOWY* 200ml, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2263.58 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9526.16 kJ; Białko ogółem: 92.77 g; Tłuszcz: 62.01 g; Węglowodany ogółem: 348.22 g; suma cukrów prostych: 91.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.58 g; Błonnik pokarmowy: 31.17 g; Sól: 7.81 g;		
sobota 2024-03-02 Dieta: ŁATWOSTR. BEZ MLEKA		
KASZA MANNA NA WYWARZE JARZ* 350ml (GLU, MLE, SEL), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), POŁĘDWICA DROB ANI 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), PASTA Z JAJKA I WĘDLINY * 60g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g, JABŁKO 150g, POMIDOR 60g, HERBATA Z/C* 250ml,	ZUPA ŻUREK Z ZIEMN B/ML 400ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), GULASZ DROBIOWY * 180g (GLU), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA ZOL/ 100g, BROKUŁY GOTOWANE * 100g, KOMPOT ZMIESZOW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 100g (SEL, GOR), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: SOK JABŁKOWY* 200ml, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2368.60 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9957.45 kJ; Białko ogółem: 98.05 g; Tłuszcz: 73.76 g; Węglowodany ogółem: 344.18 g; suma cukrów prostych: 76.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.32 g; Błonnik pokarmowy: 34.12 g; Sól: 7.86 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-02 Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL1500B/ML		
KASZA MANNA NA WYWARZE JARZ* 200ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), PASTA Z JAJKA I WĘDLINY * 60g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, JABŁKO 150g, OGÓREK ŚW 60g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA ŻUREK Z ZIEMN B/MLEKA* 200ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 100g (<i>GLU</i>), GULASZ DROBIOWY * 180g (<i>GLU</i>), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLI 100g, KOMPOT ZMIESZOW Z JABŁKIEM B/CIUKRU* 250ml, Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 20g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 60g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1498.57 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6294.39 kJ; Białko ogółem: 68.92 g; Tłuszcz: 46.86 g; Węglowodany ogółem: 211.82 g; suma cukrów prostych: 47.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.26 g; Błonnik pokarmowy: 25.39 g; Sól: 7.47 g;		
sobota 2024-03-02 Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL. B/ML		
KASZA MANNA NA WYWARZE JARZ* 350ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, JABŁKO 150g, OGÓREK ŚW 60g, PASTA Z JAJKA I WĘDLINY * 60g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA ŻUREK Z ZIEMN B/ML 400ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), GULASZ DROBIOWY * 180g (<i>GLU</i>), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLI 100g, KOMPOT OWOCOWY Z JABŁKIEM B/C* 250ml, Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2164.95 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9102.62 kJ; Białko ogółem: 84.49 g; Tłuszcz: 61.80 g; Węglowodany ogółem: 333.96 g; suma cukrów prostych: 51.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.94 g; Błonnik pokarmowy: 35.02 g; Sól: 9.08 g;		
sobota 2024-03-02 Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGLNISKOTŁ		
KASZA MANNA 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</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), POWIDŁA JABŁKOWE* 70g, II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA ŻUREK Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), GULASZ DROBIOWY * 180g (<i>GLU</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT OWOCOWY Z JABŁKIEM B/C* 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g, BROKUŁY GOTOWANE * 100g, Podwieczorek: KISIEL B/C* 150ml,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, Posiłek nocny: KISIEL B/C* 150ml, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2231.94 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9402.16 kJ; Białko ogółem: 102.62 g; Tłuszcz: 52.87 g; Węglowodany ogółem: 353.17 g; suma cukrów prostych: 82.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.82 g; Błonnik pokarmowy: 35.22 g; Sól: 7.67 g;		
sobota 2024-03-02 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>), POŁĘDWICA DROB ANI 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), HERBATA Z/C* 250ml, DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g, JABŁKO 150g, POMIDOR 60g,	ZUPA ŻUREK Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), GULASZ DROBIOWY * 180g (<i>GLU</i>), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLI 100g, KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM ZI/CIUK* 250ml, BROKUŁY GOTOWANE * 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>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2327.67 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9795.44 kJ; Białko ogółem: 86.97 g; Tłuszcz: 64.25 g; Węglowodany ogółem: 365.41 g; suma cukrów prostych: 101.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.51 g; Błonnik pokarmowy: 29.89 g; Sól: 8.42 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-02 Dieta: O KONT.ZAW.KW.TŁ B/M		
KASZA MANNA NA WYWARZE JARZ* 350ml (GLU, MLE, SEL), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), POŁĘDWICA DROB ANI 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, JABŁKO 150g, POMIDOR 60g,	ZUPA ŻUREK Z ZIEMN B/ML 400ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), GULASZDROBIOWY * 180g (GLU), SAŁATKA ZBURAKA I JABŁKA Z OL/ 100g, KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, BROKUŁY GOTOWANE * 100g,	CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% † 15g (MLE), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), PASTA DROBIOWO WARZYWNA* 100g (SEL, GOR), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), SOK POMIDOROWY* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2304.12 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9689.69 kJ; Białko ogółem: 90.72 g; Tłuszcz: 65.82 g; Węglowodany ogółem: 354.62 g; suma cukrów prostych: 80.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.08 g; Błonnik pokarmowy: 34.95 g; Sól: 8.50 g;		
sobota 2024-03-02 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), POŁĘDWICA DROB ANI 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), HERBATA Z/C* 250ml, POMIDOR B/SKÓRY 60g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), GULASZDROBIOWY * 180g (GLU), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (GLU), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% † 10g (MLE), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, Posiłek nocny: KISIEL B/C* 150ml, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2215.95 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9338.41 kJ; Białko ogółem: 84.01 g; Tłuszcz: 51.15 g; Węglowodany ogółem: 369.94 g; suma cukrów prostych: 101.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.95 g; Błonnik pokarmowy: 29.79 g; Sól: 7.17 g;		
sobota 2024-03-02 Dieta: ŁATWOSTRAWNA BEZ TŁ		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), POŁĘDWICA DROB ANI 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), HERBATA Z/C* 250ml, POMIDOR B/SKÓRY 60g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), GULASZDROBIOWY * 180g (GLU), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (GLU), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), KISIEL B/C* 150ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2068.85 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8733.61 kJ; Białko ogółem: 83.91 g; Tłuszcz: 34.90 g; Węglowodany ogółem: 369.83 g; suma cukrów prostych: 101.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.37 g; Błonnik pokarmowy: 29.79 g; Sól: 7.13 g;		
sobota 2024-03-02 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), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 50g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., HERBATA B/CIUKRU* 250ml, POMIDOR B/SKÓRY 60g, II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, KLÓPSIK WIEPRZOWY GOTOWANY DIETA* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (GLU), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g, Podwieczorek: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% † 10g (MLE), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 80g (SEL, GOR), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KISIEL B/C* 150ml, BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2293.53 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9647.94 kJ; Białko ogółem: 104.16 g; Tłuszcz: 65.88 g; Węglowodany ogółem: 336.68 g; suma cukrów prostych: 102.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.67 g; Błonnik pokarmowy: 29.90 g; Sól: 4.20 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-02		
Dieta: BOGATOBIĄŁKOWA		
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), POŁĘDWICA DROB ANI 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), PASTA Z SERA BIAŁEGO I WĘDLINY Z NATKĄ PIETR* 60g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA Z CUKRU* 250ml, JABŁKO 150g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA ŻUREK Z ZIEMN* 400ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), GULASZ DROBIOWY * 180g (GLU), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLI 100g, KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml, BROKUŁY GOTOWANE * 100g, Podwieczorek: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWEGO, MEX, SAŁ. Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ ZI C * 250ml, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2578.35 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10849.16 kJ; Białko ogółem: 107.41 g; Tłuszcz: 73.60 g; Węglowodany ogółem: 388.15 g; suma cukrów prostych: 90.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.24 g; Błonnik pokarmowy: 35.30 g; Sól: 10.58 g;		
sobota 2024-03-02		
Dieta: DZIECIĘCA 1-3		
KASZA MANNA NA MLEKU* 150ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), POŁĘDWICA DROB ANI 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, JABŁKO 150g, POMIDOR 60g, PASTA Z SERA BIAŁEGO I WĘDLINY Z NATKĄ PIETR* 60g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA ŻUREK Z ZIEMN* 200ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g, KLOPSIK DROBIOWY GOTDIETA* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), BURACZKI OPRÓSZANE* 70g (GLU), SOS WŁASNY* 50ml (GLU, MLE, SEL), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/CUKRU* 250ml, BROKUŁY GOTOWANE * 100g, Podwieczorek: KISIEL B/C* 150ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 30g (MLE, GOR, SO2), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SOK JABŁKOWY* 200ml, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1223.43 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 5151.65 kJ; Białko ogółem: 57.87 g; Tłuszcz: 32.73 g; Węglowodany ogółem: 181.91 g; suma cukrów prostych: 69.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.83 g; Błonnik pokarmowy: 16.53 g; Sól: 4.02 g;		
sobota 2024-03-02		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
KASZA MANNA NA MLEKU* 200ml (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), POŁĘDWICA DROB ANI 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), HERBATA B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, JABŁKO 150g, POMIDOR 60g, PASTA Z SERA BIAŁEGO I WĘDLINY Z NATKĄ PIETR* 60g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA ŻUREK Z ZIEMN* 200ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 150g (GLU), GULASZ DROBIOWY * 180g (GLU), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLI 100g, KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/CUKRU* 250ml, BROKUŁY GOTOWANE * 100g, Podwieczorek: KISIEL B/C* 150ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), Posiłek nocny: SOK JABŁKOWY* 200ml, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1736.00 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7304.55 kJ; Białko ogółem: 80.08 g; Tłuszcz: 51.96 g; Węglowodany ogółem: 246.84 g; suma cukrów prostych: 74.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.53 g; Błonnik pokarmowy: 21.22 g; Sól: 5.91 g;		
sobota 2024-03-02		
Dieta: DZIECIĘCA 10-18		
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), POŁĘDWICA DROB ANI 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), HERBATA B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, JABŁKO 150g, POMIDOR 60g, PASTA Z SERA BIAŁEGO I WĘDLINY Z NATKĄ PIETR* 60g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA ŻUREK Z ZIEMN* 400ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), GULASZ DROBIOWY * 180g (GLU), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLI 100g, KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml, BROKUŁY GOTOWANE * 100g, Podwieczorek: KISIEL B/C* 150ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), Posiłek nocny: SOK JABŁKOWY* 200ml, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2348.18 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9884.96 kJ; Białko ogółem: 98.08 g; Tłuszcz: 68.42 g; Węglowodany ogółem: 347.52 g; suma cukrów prostych: 91.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.29 g; Błonnik pokarmowy: 26.53 g; Sól: 7.69 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-02		
Dieta: WEGETARIAŃSKA		
KASZA MANNANA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , SAŁATA MASŁOWA 10g , JABŁKO 150g , HERBATA Z/C* 250ml , POMIDOR 60g , JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), II Śniadanie: BISZKOPTY* 15g (<i>GLU, JAJ, ORZ</i>),	ZUPA ŻUREK Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), KASZOTTO WEGAŃSKIE Z SOSEM KOPERKOWYM* 350g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLI 100g , KOMPOT ZMIESZOW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml , BROKUŁY GOTOWANE * 100g , Podwieczorek: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SER ŻÓŁTY * 60g (<i>MLE</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , Posiłek nocny: SOK JABŁKOWY* 200ml , WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2485.89 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10439.96 kJ; Białko ogółem: 77.95 g; Tłuszcz: 83.26 g; Węglowodany ogółem: 372.78 g; suma cukrów prostych: 122.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.32 g; Błonnik pokarmowy: 33.57 g; Sól: 6.27 g;		
sobota 2024-03-02		
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</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), HERBATA Z/C* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , JABŁKO 150g , PASTA ZSERA BIAŁEGO I WĘDLINY Z NATKĄ PIETR* 60g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), II Śniadanie: GREJFRUT* 200g ,	ZUPA ŻUREK Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), KASZA JEĆCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), GULASZ DROBIOWY * 180g (<i>GLU</i>), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLI* 130g , KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml , BROKUŁY GOTOWANE * 100g , Podwieczorek: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWEGO, MEX, SAŁ. Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SOJ</i>), SURÓWKA Z KAP PEK Z PAPRYKĄ 100g , Posiłek nocny: SOK JABŁKOWY* 200ml , WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2684.02 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11295.07 kJ; Białko ogółem: 102.00 g; Tłuszcz: 71.63 g; Węglowodany ogółem: 425.78 g; suma cukrów prostych: 111.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.28 g; Błonnik pokarmowy: 38.66 g; Sól: 10.33 g;		

Dietetyk

.....