

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-04-22</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
RYŻ NA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 50g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), OGÓREK śW 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml ( <b>MLE</b> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ),	ZUPA BARSZCZUKRAIŃSKI Z FASOLĄ BIAŁĄ* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), NALEŚNIKI Z SEREM I CUKREM PUDREM* 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g ( <b>MLE</b> ), POMARAŃCZA 0.5szt, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g ( <b>MLE</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SZYNKOWA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), SAŁATKA JARZYNOWA ŻW* 120g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 50g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA*/ 20g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2804.25 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11789.81 kJ; Białko ogółem: 117.49 g; Tłuszcz: 88.60 g; Węglowodany ogółem: 402.53 g; suma cukrów prostych: 91.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.94 g; Błonnik pokarmowy: 37.65 g; Sól: 9.30 g;		
<b>poniedziałek 2024-04-22</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
RYŻ NA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB GRAHAM* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 50g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml ( <b>MLE</b> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), MAKARON ŚWID 200-G Z SER BIAŁ 100G I JABŁ PRAŻ 100G * 400g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), POMARAŃCZA 0.5szt, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g ( <b>MLE</b> ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB GRAHAM* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g ( <b>MLE</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SZYNKOWA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA*/ 20g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2624.13 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11041.46 kJ; Białko ogółem: 109.44 g; Tłuszcz: 75.13 g; Węglowodany ogółem: 394.90 g; suma cukrów prostych: 99.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.94 g; Błonnik pokarmowy: 34.70 g; Sól: 8.73 g;		
<b>poniedziałek 2024-04-22</b>		
<b>Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.</b>		
RYŻ NA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 50g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), OGÓREK śW 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ), KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml ( <b>MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), MAKARON PEŁNOZIARNISTY* 200g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), KLOPSIK DROBIOWY GOTDIETA* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g ( <b>MLE</b> ), POMARAŃCZA 0.5szt, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g ( <b>MLE</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SZYNKOWA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> CHLEB RAZOWY* 50g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA*/ 20g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2650.38 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11151.96 kJ; Białko ogółem: 120.46 g; Tłuszcz: 76.75 g; Węglowodany ogółem: 383.06 g; suma cukrów prostych: 88.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.82 g; Błonnik pokarmowy: 43.53 g; Sól: 10.90 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-04-22</b> <b>Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ</b>		
RYŻ NA MLEKU* 350ml (MLE), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 50g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE), PASTA ZBIAŁKA JAJKA I MARCHEWKI* 60g (JAJ, MLE), WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL),	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), MAKARON ŚWID 200-G ZSER BIAŁ 100G I JABŁ PRAŻ 100G * 400g (GLU, JAJ, MLE), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (MLE), POMARAŃCZA 0.5szt, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml , SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (JAJ, MLE, SEL), <b>Posiłek nocny:</b> BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g , SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA*/ 20g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2652.57 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11163.59 kJ; Białko ogółem: 105.13 g; Tłuszcz: 76.56 g; Węglowodany ogółem: 402.94 g; suma cukrów prostych: 102.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.84 g; Błonnik pokarmowy: 34.03 g; Sól: 8.75 g;		
<b>poniedziałek 2024-04-22</b> <b>Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.</b>		
RYŻ NA MLEKU* 350ml (MLE), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA*/ 50g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), PASTA Z BIAŁKA JAJKA I MARCHEWKI* 60g (JAJ, MLE), BROKUŁY GOTOWANE B/ŁODYGI 60g , WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml ,	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY* 200g (GLU, JAJ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 100g, MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (GLU, MLE), KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	BUŁKA PSZENNNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (JAJ, MLE, SEL), <b>Posiłek nocny:</b> BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g , SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA*/ 20g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2443.76 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10285.61 kJ; Białko ogółem: 102.73 g; Tłuszcz: 73.33 g; Węglowodany ogółem: 358.80 g; suma cukrów prostych: 56.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.55 g; Błonnik pokarmowy: 32.06 g; Sól: 8.75 g;		
<b>poniedziałek 2024-04-22</b> <b>Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ</b>		
RYŻ NA MLEKU* 350ml (MLE), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), DŻEM * 70g , PASTA Z BIAŁKA JAJKA I MARCHEWKI* 60g (JAJ, MLE), BROKUŁY GOTOWANE B/ŁODYGI 60g , WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), HERBATA B/CIUKRU* 250ml , <b>II Śniadanie:</b> GALARETKA MLECZNA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ),	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY* 200g (GLU, JAJ), KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 100g, MARCHEW GOTOWANA * 100g (MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (MLE), HERBATA B/CIUKRU* 250ml , PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 100g (SEL), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (JAJ, MLE, SEL), <b>Posiłek nocny:</b> BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), SER BIAŁY KROJONY* 50g (MLE),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2749.44 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11569.19 kJ; Białko ogółem: 117.13 g; Tłuszcz: 80.69 g; Węglowodany ogółem: 407.39 g; suma cukrów prostych: 98.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.36 g; Błonnik pokarmowy: 34.80 g; Sól: 5.35 g;		
<b>poniedziałek 2024-04-22</b> <b>Dieta: BOGATOBIĄŁKOWA</b>		
RYŻ NA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB RAZOWY* 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 50g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), OGÓREK ŚW 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), <b>II Śniadanie:</b> GALARETKA MLECZNA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ),	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY* 200g (GLU, JAJ), KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (MLE), POMARAŃCZA 0.5szt , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), SAŁATKA JARZYNOWA 120g (MLE, SEL), <b>Posiłek nocny:</b> CHLEB RAZOWY* 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g , SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA*/ 20g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2727.34 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11480.42 kJ; Białko ogółem: 119.00 g; Tłuszcz: 78.48 g; Węglowodany ogółem: 402.59 g; suma cukrów prostych: 90.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.48 g; Błonnik pokarmowy: 33.85 g; Sól: 9.51 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-04-22</b>		
<b>Dieta: DZIECIĘCA 4-9</b>		
RYŻNA MLEKU* 150ml ( <b>MLE</b> ), CHLEB RAZOWY * 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA DROB ANI 50g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> GALARETKA MLECZNA* 100ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</b> ),	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 150ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), NALEŚNIKI Z SEREM * 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), BANAN 0.5szt, SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 70g ( <b>MLE</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> WAFLE RYŻOWE 15g/op. 15g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB RAZOWY * 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYMKOWA WP* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 80g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z BUŁKI 30G, M.EX I SZYNKĄ DĘBOWĄ 20G* 1P or ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1885.86 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7941.99 kJ; Białko ogółem: 86.20 g; Tłuszcz: 51.46 g; Węglowodany ogółem: 279.74 g; suma cukrów prostych: 63.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.17 g; Błonnik pokarmowy: 22.15 g; Sól: 6.22 g;		
<b>poniedziałek 2024-04-22</b>		
<b>Dieta: BEZGLUTENOWA</b>		
RYŻNA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g ( <b>ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 50g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml ( <b>MLE</b> ), POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), <b>II Śniadanie:</b> GALARETKA MLECZNA* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</b> ),	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM B/GLUTENU* 400ml ( <b>MLE, SEL</b> ), MAKARON B/GLUTENOWY Z SEREM* 400g ( <b>JAJ, MLE</b> ), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g ( <b>MLE</b> ), POMARAŃCZA 0.5szt, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g ( <b>ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g ( <b>MLE</b> ), SZYMKOWA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 2 SZT* 20g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2500.71 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10510.84 kJ; Białko ogółem: 87.80 g; Tłuszcz: 70.59 g; Węglowodany ogółem: 386.51 g; suma cukrów prostych: 116.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.12 g; Błonnik pokarmowy: 30.67 g; Sól: 8.66 g;		
<b>poniedziałek 2024-04-22</b>		
<b>Dieta: PAPKOWATA</b>		
RYŻNA MLEKU MIX* 400ml ( <b>MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA MIELONA* 50g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml ( <b>MLE</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, JABŁKO PIECZONE* 150g, WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ), PASTA JAJECZNA* 60g ( <b>JAJ, MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> GALARETKA MLECZNA* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</b> ),	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM MIX* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), MARCHEW OPRÓSZANA* 150g ( <b>GLU, MLE</b> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> BANAN 1szt,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SZYMKOWA WP MIELONA* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g, SOK POMIDOROWY* 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2484.07 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10455.23 kJ; Białko ogółem: 114.64 g; Tłuszcz: 67.17 g; Węglowodany ogółem: 375.92 g; suma cukrów prostych: 140.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.41 g; Błonnik pokarmowy: 43.02 g; Sól: 8.73 g;		
<b>poniedziałek 2024-04-22</b>		
<b>Dieta: PŁYNNA</b>		
RYŻNA MLEKU PŁYNNA* 400ml ( <b>JAJ, MLE</b> ), JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml ( <b>MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> KISIEL* 150ml,	PŁYNNA OB* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, SEREK NATURALNY HOM* 1szt ( <b>MLE</b> ), <b>Podwieczorek:</b> KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml ( <b>GLU</b> ),	PŁYNNA KOL* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2163.18 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9096.58 kJ; Białko ogółem: 116.97 g; Tłuszcz: 71.33 g; Węglowodany ogółem: 273.93 g; suma cukrów prostych: 82.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.72 g; Błonnik pokarmowy: 27.24 g; Sól: 4.92 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-04-22</b> <b>Dieta: SONDA</b>		
SONDA MLECZNA* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml ( <b>MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> BUDYŃ* 150ml ( <b>MLE</b> ),	SONDA OB* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), SEREK NATURALNY HOM* 1szt ( <b>MLE</b> ), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> KISIEL* 150ml ,	SONDA KOL* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2460.33 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10329.95 kJ; Białko ogółem: 133.67 g; Tłuszcz: 91.76 g; Węglowodany ogółem: 284.64 g; suma cukrów prostych: 104.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.70 g; Błonnik pokarmowy: 29.59 g; Sól: 5.21 g;		
<b>poniedziałek 2024-04-22</b> <b>Dieta: BOGATORESZTKOWA</b>		
RYŻ NA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), CHLEB RAZOWY* 90g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 50g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml ( <b>MLE</b> ), POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), <b>II Śniadanie:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), MAKARON PEŁNOZIARNISTY* 200g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), KLOPSIK DROBIOWY GOTDIETA* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM* 100g ( <b>MLE</b> ), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , POMARAŃCZA 0.5szt , <b>Podwieczorek:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G , M. EX, SAŁ. Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ),	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 90g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g ( <b>MLE</b> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , JABŁKO 150g , SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ), SZYNKOWA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2832.81 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11921.85 kJ; Białko ogółem: 118.40 g; Tłuszcz: 75.84 g; Węglowodany ogółem: 436.18 g; suma cukrów prostych: 112.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.73 g; Błonnik pokarmowy: 51.57 g; Sól: 12.42 g;		
<b>wtorek 2024-04-23</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU ZIC* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ), POMIDOR 60g , SER ŻÓŁTY 20g ( <b>MLE</b> ), RUKOLA* 15g ,	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PIECZEŃ WP GOT* 80g , SOS PIECZENIOWY* 100g ( <b>GLU, SEL</b> ), SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY ZOL* 100g , FASOLKA SZPARAGOWA GOT Z BUŁKĄ TARTĄ* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ</b> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g ( <b>MLE</b> ), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 70g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), OGÓREK ŚW 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ ZIC * 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2264.97 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9521.55 kJ; Białko ogółem: 103.98 g; Tłuszcz: 78.82 g; Węglowodany ogółem: 295.31 g; suma cukrów prostych: 66.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.76 g; Błonnik pokarmowy: 22.40 g; Sól: 6.80 g;		
<b>wtorek 2024-04-23</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), CHLEB GRAHAM* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g ( <b>MLE</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , RUKOLA* 15g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU ZIC* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PIECZEŃ WP GOT* 80g , SOS PIECZENIOWY* 100g ( <b>GLU, SEL</b> ), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA ZOL/ 100g , SZPINAK GOTOWANY* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 80g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), CHLEB GRAHAM* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g ( <b>MLE</b> ), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 70g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), BUKIET JARZYN GOT* 80g ( <b>SEL</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ ZIC * 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2252.33 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9468.18 kJ; Białko ogółem: 113.05 g; Tłuszcz: 72.14 g; Węglowodany ogółem: 300.75 g; suma cukrów prostych: 76.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.87 g; Błonnik pokarmowy: 28.26 g; Sól: 5.97 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-04-23		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNÍ* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i> ), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), SER ŻÓŁTY 20g ( <i>MLE</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, RUKOLA* 15g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ), II Śniadanie: JABŁKO 150g,	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMNÍ* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PIECZEŃ WP GOT* 80g, SOS PIECZENIOWY* 100g ( <i>GLU, SEL</i> ), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA ZOL/ 100g, FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <i>MLE</i> ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNÍ* 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> ), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 70g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), OGÓREK ŚW 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX, SAŁ Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2435.31 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10233.70 kJ; Białko ogółem: 109.89 g; Tłuszcz: 81.35 g; Węglowodany ogółem: 329.92 g; suma cukrów prostych: 74.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.84 g; Błonnik pokarmowy: 29.53 g; Sól: 6.90 g;		
wtorek 2024-04-23		
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 KAJZERKA 1szt ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g ( <i>MLE</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, RUKOLA* 15g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMNÍ* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PIECZEŃ WP GOT* 80g, SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA ZOL/ 100g, FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 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% 15g ( <i>MLE</i> ), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 70g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), BUKIET JARZYN GOT* 80g ( <i>SEL</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2279.02 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9581.72 kJ; Białko ogółem: 113.21 g; Tłuszcz: 77.26 g; Węglowodany ogółem: 294.66 g; suma cukrów prostych: 62.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.56 g; Błonnik pokarmowy: 25.57 g; Sól: 5.79 g;		
wtorek 2024-04-23		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g ( <i>MLE</i> ), JABŁKO PRAŻONE* 60g, MARCHEW KARBOWANA Z ZIOŁAMI* 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMNÍ* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PIECZEŃ WP GOT* 80g, SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <i>GLU</i> ), SZPINAK GOTOWANY* 100g ( <i>GLU</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g ( <i>MLE</i> ), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 70g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), BUKIET JARZYN GOT* 80g ( <i>SEL</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2278.01 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9588.59 kJ; Białko ogółem: 114.44 g; Tłuszcz: 67.46 g; Węglowodany ogółem: 315.41 g; suma cukrów prostych: 76.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.72 g; Błonnik pokarmowy: 25.28 g; Sól: 6.09 g;		
wtorek 2024-04-23		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, 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* 60g, TWAROŻEK* 70g ( <i>MLE</i> ), JABŁKO PRAŻONE* 60g, MARCHEW KARBOWANA Z ZIOŁAMI* 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ), II Śniadanie: WAFLE RYŻOWE 15g/op. 15g,	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMNÍ* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PIECZEŃ RZYMSKA* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <i>GLU</i> ), SZPINAK GOTOWANY* 100g ( <i>GLU</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> BUDYŃ* 150ml ( <i>MLE</i> ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g ( <i>MLE</i> ), SCHAB GOT B/SOLI * 70g, BUKIET JARZYN GOT* 80g ( <i>SEL</i> ), HERBATA Z/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> PODPŁOYMIKI 1 SZT 1szt ( <i>GLU, MLE</i> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2552.30 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10746.20 kJ; Białko ogółem: 142.44 g; Tłuszcz: 74.28 g; Węglowodany ogółem: 340.20 g; suma cukrów prostych: 95.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.44 g; Błonnik pokarmowy: 25.79 g; Sól: 5.56 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-04-23</b> <b>Dieta: BOGATOBIAŁKOWA</b>		
<p>PŁATKI OWSIANE 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> ), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g ( <i>MLE</i> ), POMIDOR 60g , RUKOLA* 15g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU ZC* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ), II Śniadanie: JABŁKO PIECZONE Z SEREM* 150g ( <i>MLE</i> ),</p>	<p>ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PIECZEŃ WP GOT* 80g , SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA ZOL/ 100g , FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> BUDYŃ* 150ml ( <i>MLE</i> ),</p>	<p>BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g ( <i>MLE</i> ), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 70g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), BUKIET JARZYN GOT* 80g ( <i>SEL</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2531.45 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10645.61 kJ; Białko ogółem: 122.50 g; Tłuszcz: 81.24 g; Węglowodany ogółem: 341.10 g; suma cukrów prostych: 98.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.80 g; Błonnik pokarmowy: 28.90 g; Sól: 6.01 g;</p>		
<b>wtorek 2024-04-23</b> <b>Dieta: DZIECIĘCA 4-9</b>		
<p>PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 150ml ( <i>GLU, MLE</i> ), CHLEB RAZOWY * 30g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), BUŁKA PSZENNNA KAJZERKA 1szt ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , TWAROŻEK* 50g ( <i>MLE</i> ), POMIDOR 60g , RUKOLA* 15g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: JABŁKO 150g ,</p>	<p>ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 150ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g ( <i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i> ), SOS WŁASNY* 50ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA ZOL/ 100g , FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> BUDYŃ* 150ml ( <i>MLE</i> ),</p>	<p>BUŁKA PSZENNNA KROJ* 20g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <i>MLE</i> ), SZYŃKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g , BUKIET JARZYN GOT* 80g ( <i>SEL</i> ), SAŁATA MASŁOWA* 5g , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <i>GLU, MLE</i> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1649.06 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6940.64 kJ; Białko ogółem: 92.90 g; Tłuszcz: 46.04 g; Węglowodany ogółem: 226.32 g; suma cukrów prostych: 71.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.15 g; Błonnik pokarmowy: 22.38 g; Sól: 5.98 g;</p>		
<b>wtorek 2024-04-23</b> <b>Dieta: BEZGLUTENOWA</b>		
<p>KASZA KUKURDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <i>MLE</i> ), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g ( <i>MLE</i> ), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU ZC* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , RUKOLA* 15g , CHLEB B/GLUTENOWY* 100g ( <i>ORZ, SEZ</i> ), II Śniadanie: JABŁKO 150g ,</p>	<p>ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml ( <i>MLE, SEL</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PIECZEŃ WP GOT* 80g , BURACZKI GOTOWANE* 100g , KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SOS JARZYNOWY B/ GLUTENOWY* 100ml ( <i>SEL</i> ), FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ</i> ), <b>Podwieczorek:</b> BUDYŃ* 150ml ( <i>MLE</i> ),</p>	<p>BUKIET JARZYN GOT* 80g ( <i>SEL</i> ), CHLEB B/GLUTENOWY* 120g ( <i>ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g ( <i>MLE</i> ), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 70g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2381.24 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9635.86 kJ; Białko ogółem: 101.16 g; Tłuszcz: 79.64 g; Węglowodany ogółem: 322.54 g; suma cukrów prostych: 100.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.13 g; Błonnik pokarmowy: 28.03 g; Sól: 5.94 g;</p>		
<b>wtorek 2024-04-23</b> <b>Dieta: PAPKOWATA</b>		
<p>PŁATKI OWSIANE NA MLEKU MIX* 400ml ( <i>GLU, MLE</i> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA Z LIŚCIEM MIELONA* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g ( <i>MLE</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR B/SKÓRY 60g , MARCHEW KARBOWANA Z ZIOŁAMI* 60g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU ZC* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ), II Śniadanie: JABŁKO PIECZONE* 150g ,</p>	<p>ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN MIX* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PIECZEŃ RZYMSKA* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <i>GLU</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SZPINAK GOTOWANY* 100g ( <i>GLU</i> ), <b>Podwieczorek:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt ,</p>	<p>BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <i>MLE</i> ), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA MIEL* 70g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), BUKIET JARZYN GOT* 80g ( <i>SEL</i> ), ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <i>GLU, MLE</i> ),</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2271.27 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9552.99 kJ; Białko ogółem: 122.79 g; Tłuszcz: 66.74 g; Węglowodany ogółem: 310.37 g; suma cukrów prostych: 94.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.66 g; Błonnik pokarmowy: 34.21 g; Sól: 7.71 g;</p>		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-04-23</b>		
<b>Dieta: PŁYNNA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU PŁYNNYM* 400ml (GLU, JAJ, MLE), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), <b>II Śniadanie:</b> KISIEL* 150ml, JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	PŁYNNA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, SOK JABŁKOWY* 200ml, <b>Podwieczorek:</b> BUDYŃ* 150ml (MLE),	PŁYNNA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/C UKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2182.31 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9182.10 kJ; Białko ogółem: 103.78 g; Tłuszcz: 70.75 g; Węglowodany ogółem: 291.33 g; suma cukrów prostych: 101.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.33 g; Błonnik pokarmowy: 23.10 g; Sól: 2.64 g;		
<b>wtorek 2024-04-23</b>		
<b>Dieta: SONDA</b>		
SONDA MLECZNA* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), KISIEL* 150ml, <b>II Śniadanie:</b> JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	SONDA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), SOK JABŁKOWY* 200ml, KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> BUDYŃ* 150ml (MLE),	SONDA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/C UKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2429.73 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10209.08 kJ; Białko ogółem: 115.31 g; Tłuszcz: 86.07 g; Węglowodany ogółem: 306.17 g; suma cukrów prostych: 110.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.32 g; Błonnik pokarmowy: 25.05 g; Sól: 2.74 g;		
<b>wtorek 2024-04-23</b>		
<b>Dieta: BOGATORESZTKOWA</b>		
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), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g (MLE, GOR, SO2), SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), POMIDOR 60g, RUKOLA* 15g, TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (MLE), <b>II Śniadanie:</b> JABŁKO 150g,	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (GLU, MLE, SEL), RYŻ BRAZOWY NA SYPKO * 200g, PIECZEŃ WP GOT* 80g, SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OL/ 100g, KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ), <b>Podwieczorek:</b> POMARAŃCZA 1szt,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 15g (MLE), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 70g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/C UKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), MIÓD JEDN 25g/op. 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2707.34 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11393.21 kJ; Białko ogółem: 114.60 g; Tłuszcz: 74.45 g; Węglowodany ogółem: 414.13 g; suma cukrów prostych: 99.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.69 g; Błonnik pokarmowy: 40.82 g; Sól: 5.95 g;		
<b>środa 2024-04-24</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25g/op. 2szt, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g, MIX SAŁAT* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g,	ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMNIAKAMI* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA GRYCZANA NA SYPKO 200g, ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z CZERWONEJ KAP ZOL/ 100g, BROKUŁY GOTOWANE * 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 15g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), BURACZKI Z CHRZANEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z BUŁKI 50G, MEX Z SEREM B 50g 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2566.82 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10782.41 kJ; Białko ogółem: 106.43 g; Tłuszcz: 82.17 g; Węglowodany ogółem: 366.18 g; suma cukrów prostych: 82.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.89 g; Błonnik pokarmowy: 30.85 g; Sól: 7.86 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-04-24</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), CHLEB GRAHAM* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g ( <b>SOJ</b> ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml,	ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMNIAKAMI* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b> ), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SURÓWKA Z SELERA, JABŁKA Z JOGURT*/ 100g ( <b>MLE, SEL</b> ), BROKUŁY GOTOWANE * 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB GRAHAM* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z BUŁKI 50G, M EX Z SEREM B 50g 1Por ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2458.67 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10336.42 kJ; Białko ogółem: 103.54 g; Tłuszcz: 71.14 g; Węglowodany ogółem: 367.90 g; suma cukrów prostych: 80.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.99 g; Błonnik pokarmowy: 32.94 g; Sól: 8.42 g;		
<b>środa 2024-04-24</b> <b>Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), CHLEB RAZOWY * 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g ( <b>SOJ</b> ), POWIDŁA JABŁKOWE* 70g, PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g, MIX SAŁAT* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, <b>II Sniadanie:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMNIAKAMI* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b> ), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SURÓWKA Z CZERWONEJ KAP Z OLI/ 100g, BROKUŁY GOTOWANE * 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, <b>Podwieczorek:</b> MANDARYNKA* 150g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), BURACZKI Z CHRZANEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M EX SAŁ, SERA B 50G 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2582.82 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10857.05 kJ; Białko ogółem: 109.01 g; Tłuszcz: 78.80 g; Węglowodany ogółem: 377.35 g; suma cukrów prostych: 81.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.88 g; Błonnik pokarmowy: 36.83 g; Sól: 8.14 g;		
<b>środa 2024-04-24</b> <b>Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g ( <b>SOJ</b> ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml,	ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMNIAKAMI* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b> ), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SURÓWKA Z SELERA, JABŁKA Z JOGURT*/ 100g ( <b>MLE, SEL</b> ), BROKUŁY GOTOWANE * 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z BUŁKI 50G, M EX Z SEREM B 50g 1Por ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2477.07 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10418.02 kJ; Białko ogółem: 102.50 g; Tłuszcz: 70.98 g; Węglowodany ogółem: 372.78 g; suma cukrów prostych: 81.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.96 g; Błonnik pokarmowy: 30.46 g; Sól: 8.42 g;		
<b>środa 2024-04-24</b> <b>Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g ( <b>SOJ</b> ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, HERBATA Z/C* 250ml,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b> ), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), DYNIA DUSZONA* 100g ( <b>GLU</b> ), JABŁKO PIECZONE* 150g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml,	BUŁKA PSZENNNA KROJ * 120g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g ( <b>MLE</b> ), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z BUŁKI 50G, M EX Z SEREM B 50g 1Por ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2520.29 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10608.12 kJ; Białko ogółem: 99.79 g; Tłuszcz: 69.32 g; Węglowodany ogółem: 389.29 g; suma cukrów prostych: 92.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.12 g; Błonnik pokarmowy: 29.14 g; Sól: 7.93 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-04-24</b>		
<b>Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), TWAROŻEK*/ 100g ( <b>MLE</b> ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, HERBATA Z/C* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 200ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), DYNIA DUSZONA* 100g ( <b>GLU</b> ), JABŁKO PIECZONE* 150g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, <b>Podwieczorek:</b> CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g ( <b>MLE</b> ), PASTA DROBOWO-WARZYWNA* 100g ( <b>SEL</b> ), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z BUŁKI 50G, M EX Z SEREM B 50g 1Por ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2419.75 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10180.49 kJ; Białko ogółem: 114.40 g; Tłuszcz: 70.80 g; Węglowodany ogółem: 344.94 g; suma cukrów prostych: 99.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.98 g; Błonnik pokarmowy: 25.76 g; Sól: 4.57 g;		
<b>środa 2024-04-24</b>		
<b>Dieta: BOGATOBIAŁKOWA</b>		
CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, POŁĘDWICA SOP DROB* 50g ( <b>SOJ</b> ), POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, <b>II Śniadanie:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMNIAKAMI* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b> ), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SURÓWKA Z SELERĄ, JABŁKA Z JOGURT*/ 100g ( <b>MLE, SEL</b> ), BROKUŁY GOTOWANE * 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, <b>Podwieczorek:</b> CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTYNI* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z BUŁKI 50G, M EX Z SEREM B 50g 1Por ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2440.57 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10260.07 kJ; Białko ogółem: 99.62 g; Tłuszcz: 69.33 g; Węglowodany ogółem: 370.62 g; suma cukrów prostych: 76.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.24 g; Błonnik pokarmowy: 31.78 g; Sól: 8.55 g;		
<b>środa 2024-04-24</b>		
<b>Dieta: DZIECIEŃCA 4-9</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU* 150ml ( <b>GLU, MLE</b> ), CHLEB RAZOWY * 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g ( <b>SOJ</b> ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25g/op. 1szt, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, <b>II Śniadanie:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMNIAKAMI* 200ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 100g ( <b>GLU</b> ), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SURÓWKA Z SELERĄ, JABŁKA Z JOGURT*/ 100g ( <b>MLE, SEL</b> ), BROKUŁY GOTOWANE * 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, <b>Podwieczorek:</b> DROŻDŻÓWKA Z NADZIENIEM* 1szt,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB RAZOWY * 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 30g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), BURACZKI Z JABŁKIEM * 50g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, , SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z BUŁKI 20 G. M. EX, Z SEREM B 50g 1Por ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1781.48 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7493.21 kJ; Białko ogółem: 84.74 g; Tłuszcz: 48.90 g; Węglowodany ogółem: 263.15 g; suma cukrów prostych: 60.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.45 g; Błonnik pokarmowy: 24.65 g; Sól: 6.23 g;		
<b>środa 2024-04-24</b>		
<b>Dieta: BEZGLUTENOWA</b>		
RYŻNA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g ( <b>ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, POMIDOR 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, POŁĘDWICA SOP DROB* 50g ( <b>SOJ</b> ), MIX SAŁAT* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>II Śniadanie:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	ZUPA SOLFERINO Z FASOL SZP B/GLUTENU* 400ml ( <b>MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, BITKA DROB GOTOWANA B/GLUTENU* 80g, SOS JARZYNOWY B/ GLUTENOWY* 100ml ( <b>SEL</b> ), SURÓWKA Z SELERĄ, JABŁKA Z JOGURT*/ 100g ( <b>MLE, SEL</b> ), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, BROKUŁY GOTOWANE * 100g, <b>Podwieczorek:</b> MANDARYNKA* 150g,	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g ( <b>ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA Z/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z PIECZB/GLUT50G, M. EX SAŁ, SERA ŻÓŁ 20G 1Por ( <b>MLE, ORZ, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2213.66 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9278.79 kJ; Białko ogółem: 82.62 g; Tłuszcz: 68.98 g; Węglowodany ogółem: 324.83 g; suma cukrów prostych: 106.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.69 g; Błonnik pokarmowy: 29.88 g; Sól: 8.53 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-04-24</b> <b>Dieta: P APKOWATA</b>		
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> ), POLĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , POMIDOR B/SKÓRY 60g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , <b>II Śniadanie:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), DYNIA DUSZONA* 100g ( <i>GLU</i> ), JABŁKO PIECZONE* 150g , WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml , <b>Podwieczorek:</b> CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <i>MLE</i> ), KIELBASA SZYNKOWA WP MIELONA* 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g , <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z BUŁKI 50G, M EX Z SEREM B 50g 1Por ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2385.14 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10030.50 kJ; Białko ogółem: 113.58 g; Tłuszcz: 69.19 g; Węglowodany ogółem: 340.45 g; suma cukrów prostych: 106.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.81 g; Błonnik pokarmowy: 26.49 g; Sól: 7.30 g;		
<b>środa 2024-04-24</b> <b>Dieta: P ŁYNNNA</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU PIYNNNA* 400ml ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , <b>II Śniadanie:</b> KISIEL* 150ml ,	PŁYNNNA OB* 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i> ), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml , SEREK NATURALNY HOM* 1szt ( <i>MLE</i> ), <b>Podwieczorek:</b> GALARETKA OWOCOWA PŁYNNNA* 150ml ( <i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i> ),	PŁYNNNA KOL* 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i> ), RYŻ Z JABŁKIEM* 200g ( <i>MLE</i> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2087.68 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8779.63 kJ; Białko ogółem: 108.82 g; Tłuszcz: 69.03 g; Węglowodany ogółem: 265.91 g; suma cukrów prostych: 69.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.57 g; Błonnik pokarmowy: 23.03 g; Sól: 3.47 g;		
<b>środa 2024-04-24</b> <b>Dieta: S ONDA</b>		
SONDA MLECZNA* 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), HERBATA ZC* 250ml , <b>II Śniadanie:</b> KISIEL* 150ml ,	SONDA OB* 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i> ), JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml , <b>Podwieczorek:</b> GALARETKA OWOCOWA PŁYNNNA* 150ml ( <i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i> ),	SONDA KOL* 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i> ), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml ( <i>GLU</i> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2236.86 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9392.68 kJ; Białko ogółem: 111.08 g; Tłuszcz: 82.49 g; Węglowodany ogółem: 269.72 g; suma cukrów prostych: 80.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.67 g; Błonnik pokarmowy: 24.62 g; Sól: 2.84 g;		
<b>środa 2024-04-24</b> <b>Dieta: B OGATORESZTKOWA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), CHLEB RAZOWY* 90g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), POLĘDWICA SOP DROB* 50g ( <i>SOJ</i> ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , POMIDOR 60g , MIX SAŁAT* 15g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , <b>II Śniadanie:</b> KISIEL Z TARTYM JABŁKIEM Z CUKR* 150ml ,	ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMNIAKAMI* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <i>GLU</i> ), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SURÓWKA Z CZERWONEJ KAP Z OLI 100g , BROKUŁY GOTOWANE * 100g , WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml , <b>Podwieczorek:</b> MANDARYNKA* 150g ,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 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> ), KIELBASA SZYNKOWA WP* 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM ZC* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZ 30G, M.R, SAŁ SERA B 50G 1Por ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2665.88 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11202.78 kJ; Białko ogółem: 104.08 g; Tłuszcz: 81.39 g; Węglowodany ogółem: 397.96 g; suma cukrów prostych: 99.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.76 g; Błonnik pokarmowy: 36.52 g; Sól: 8.05 g;		
<b>czwartek 2024-04-25</b> <b>Dieta: P ODSTAWOWA</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <i>MLE</i> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <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> ), SCHAB BENEDYKTA* 50g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), PASTA Z JAJKA I BROKUŁ* 60g ( <i>JAJ, GOR</i> ), OGÓREK KISZONY* 60g , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU ZC* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ),	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml ( <i>MLE, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , ESKALOPKA* 110g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK ZWINEGRET* 100g ( <i>GOR</i> ), MARCHEW ZASMAŻANA* 100g ( <i>GLU, MLE</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKOWA DĘBOWA DROBOWA* 70g , RZODKIEW BIAŁA 70g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <i>GLU, MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2364.06 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9566.31 kJ; Białko ogółem: 100.37 g; Tłuszcz: 100.54 g; Węglowodany ogółem: 295.51 g; suma cukrów prostych: 63.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.88 g; Błonnik pokarmowy: 27.82 g; Sól: 7.85 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-04-25</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <i>MLE</i> ), CHLEB GRAHAM* 50g ( <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> ), SCHAB BENEDYKTA* 50g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), PASTA Z JAJKA I BROKUŁ* 60g ( <i>JAJ, GOR</i> ), JABŁKO 150g , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ),	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml ( <i>MLE, SEL</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g ( <i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i> ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK ZWINEGRET* 100g ( <i>GOR</i> ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <i>GLU, MLE</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 80g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i> ), CHLEB GRAHAM* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 70g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <i>GLU, MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2240.04 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9056.08 kJ; Białko ogółem: 103.86 g; Tłuszcz: 81.13 g; Węglowodany ogółem: 306.66 g; suma cukrów prostych: 77.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.96 g; Błonnik pokarmowy: 32.32 g; Sól: 6.89 g;		
<b>czwartek 2024-04-25</b>		
<b>Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <i>MLE</i> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i> ), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), SCHAB BENEDYKTA* 50g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), PASTA Z JAJKA I BROKUŁ* 60g ( <i>JAJ, GOR</i> ), OGÓREK KISZONY* 60g , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ), <b>II Śniadanie:</b> KISIEL B/C* 150ml ,	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml ( <i>MLE, SEL</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g ( <i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i> ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <i>GLU, MLE</i> ), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK ZWINEGRET* 100g ( <i>GOR</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZ 30G, M.R, SAŁ, ZSZYNKA Z INDYKA 20G 1Pα ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</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% 1 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 70g , RZODKIEW BIAŁA 70g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M, EX, SAŁ, POL SOP DR 20G* 1Pα ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2316.13 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9378.71 kJ; Białko ogółem: 106.03 g; Tłuszcz: 84.77 g; Węglowodany ogółem: 316.55 g; suma cukrów prostych: 52.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.81 g; Błonnik pokarmowy: 33.76 g; Sól: 9.52 g;		
<b>czwartek 2024-04-25</b>		
<b>Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <i>MLE</i> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <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> ), PASTA Z BIAŁKA JAJKA I WĘDLINY* 60g ( <i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), SCHAB BENEDYKTA* 50g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), POMIDOR 60g , JABŁKO 150g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ),	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml ( <i>MLE, SEL</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g ( <i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i> ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK ZWINEGRET* 100g ( <i>GOR</i> ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <i>GLU, MLE</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 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% 1 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 70g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , <b>Posiłek nocny:</b> PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <i>GLU, MLE</i> ), JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2273.98 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9207.20 kJ; Białko ogółem: 104.62 g; Tłuszcz: 79.93 g; Węglowodany ogółem: 314.55 g; suma cukrów prostych: 84.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.59 g; Błonnik pokarmowy: 27.06 g; Sól: 7.35 g;		
<b>czwartek 2024-04-25</b>		
<b>Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.</b>		
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> ), PASTA Z BIAŁKA JAJKA I WĘDLINY* 60g ( <i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), SCHAB BENEDYKTA* 50g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), POMIDOR B/SKÓRY 60g , WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <i>SEL</i> ), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ),	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml ( <i>MLE, SEL</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g ( <i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i> ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <i>GLU, MLE</i> ), SZPINAK GOTOWANY* 100g ( <i>GLU</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 10g ( <i>MLE</i> ), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 70g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , HERBATA Z/C* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <i>GLU, MLE</i> ), JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2194.04 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8884.30 kJ; Białko ogółem: 107.42 g; Tłuszcz: 72.25 g; Węglowodany ogółem: 308.53 g; suma cukrów prostych: 73.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.70 g; Błonnik pokarmowy: 25.43 g; Sól: 7.65 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-04-25</b> <b>Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <i>MLE</i> ), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 80g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <i>MLE</i> ), SCHAB GOT B/SOLI* 50g , PASTA Z BIAŁKA JAJKA I WĘDLINY* 60g ( <i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), JABŁKO PIECZONE* 150g , WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <i>SEL</i> ), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ), <b>II Śniadanie:</b> BUDYŃ* 150ml ( <i>MLE</i> ),	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml ( <i>MLE, SEL</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <i>GLU, MLE</i> ), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , SZPINAK GOTOWANY* 100g ( <i>GLU</i> ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), <b>Podwieczorek:</b> CHRUPKI KUKURYDZ* 20g ,	BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 60g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , HERBATA Z/C* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <i>GLU, MLE</i> ), JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2481.31 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10090.59 kJ; Białko ogółem: 126.39 g; Tłuszcz: 71.57 g; Węglowodany ogółem: 346.42 g; suma cukrów prostych: 100.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.58 g; Błonnik pokarmowy: 28.84 g; Sól: 5.01 g;		
<b>czwartek 2024-04-25</b> <b>Dieta: BOGATOBIAŁKOWA</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <i>MLE</i> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), BUŁKA PSZENNĄ KAJZERKA 1szt ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), SCHAB BENEDIKTA* 50g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), PASTA Z JAJKA I BROKUŁ* 60g ( <i>JAJ, GOR</i> ), JABŁKO 150g , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ), <b>II Śniadanie:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml ( <i>MLE, SEL</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g ( <i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i> ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK ZWINEGRET* 100g ( <i>GOR</i> ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <i>GLU, MLE</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZOWY, M. EX, SAŁ. Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</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> ), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 70g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <i>GLU, MLE</i> ), JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2525.07 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10262.27 kJ; Białko ogółem: 113.37 g; Tłuszcz: 89.00 g; Węglowodany ogółem: 350.18 g; suma cukrów prostych: 93.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.06 g; Błonnik pokarmowy: 30.99 g; Sól: 8.23 g;		
<b>czwartek 2024-04-25</b> <b>Dieta: DZIECIĘCA 4-9</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 150ml ( <i>MLE</i> ), CHLEB RAZOWY * 30g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), BUŁKA PSZENNĄ KAJZERKA 1szt ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <i>MLE</i> ), SCHAB BENEDIKTA* 30g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), PASTA Z JAJKA I BROKUŁ* 40g ( <i>JAJ, GOR</i> ), JABŁKO 100g , WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <i>SEL</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 150ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ), <b>II Śniadanie:</b> KISIEL* 150ml ,	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 200ml ( <i>MLE, SEL</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g , UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g ( <i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i> ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK ZWINEGRET* 100g ( <i>GOR</i> ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <i>GLU, MLE</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> BANAN 1szt ,	BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), CHLEB RAZOWY * 30g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <i>MLE</i> ), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g , POMIDOR * 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <i>GLU, MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1765.43 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7287.48 kJ; Białko ogółem: 78.99 g; Tłuszcz: 49.47 g; Węglowodany ogółem: 275.63 g; suma cukrów prostych: 109.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.84 g; Błonnik pokarmowy: 27.98 g; Sól: 4.81 g;		
<b>czwartek 2024-04-25</b> <b>Dieta: BEZGLUTENOWA</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <i>MLE</i> ), CHLEB B/ GLUTENOWY* 100g ( <i>ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), PASTA Z JAJKA I BROKUŁ* 60g ( <i>JAJ, GOR</i> ), SCHAB BENEDIKTA* 50g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), JABŁKO 150g , WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <i>SEL</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , <b>II Śniadanie:</b> BUDYŃ* 150ml ( <i>MLE</i> ),	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml ( <i>MLE, SEL</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g ( <i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i> ), SOS JARZYNOWY B/ GLUTENOWY* 100ml ( <i>SEL</i> ), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK Z WINEGRET* 100g ( <i>GOR</i> ), MARCHEW GOTOWANA B/ GLUTENOWA KOSTKA 100g ( <i>MLE</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> SOK JABŁKOWY* 200ml ,	CHLEB B/ GLUTENOWY* 120g ( <i>ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 70g , RZODKIEW BIAŁA 70g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ), JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2375.82 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9612.80 kJ; Białko ogółem: 87.21 g; Tłuszcz: 86.63 g; Węglowodany ogółem: 339.75 g; suma cukrów prostych: 116.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.28 g; Błonnik pokarmowy: 32.14 g; Sól: 6.80 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-04-25</b>		
<b>Dieta: PAPPKOWATA</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU MIX* 400ml ( <b>MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), PASTA Z JAJKA I BROKUŁ* 60g ( <b>JAJ, GOR</b> ), SCHAB BENEDYKTA MIEL* 50g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), POMIDOR B/SKÓRY 60g, WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ), II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN MIX* 400ml ( <b>SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE ZKOPERKIEM* 150g, KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <b>GLU, MLE</b> ), SZPINAK GOTOWANY* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> BANAN 1szt,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA MIELONA* 70g, ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <b>GLU, MLE</b> ), JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2279.65 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9246.43 kJ; Białko ogółem: 113.07 g; Tłuszcz: 71.21 g; Węglowodany ogółem: 329.73 g; suma cukrów prostych: 120.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.23 g; Błonnik pokarmowy: 31.82 g; Sól: 6.14 g;		
<b>czwartek 2024-04-25</b>		
<b>Dieta: PLYNNA</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU PLYNNA* 400ml ( <b>JAJ, MLE</b> ), SEREK NATURALNY HOM* 1szt ( <b>MLE</b> ), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ), II Śniadanie: KISIEL* 150ml,	PLYNNA OB* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), <b>Podwieczorek:</b> GALARETKA OWOCOWA PLYNNA* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> ),	PLYNNA KOL* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), BUDYŃ* 150ml ( <b>MLE</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml ( <b>GLU</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2170.99 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8775.59 kJ; Białko ogółem: 112.49 g; Tłuszcz: 69.86 g; Węglowodany ogółem: 281.61 g; suma cukrów prostych: 93.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.47 g; Błonnik pokarmowy: 24.68 g; Sól: 3.36 g;		
<b>czwartek 2024-04-25</b>		
<b>Dieta: SONDA</b>		
SONDA MLECZNA* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), SEREK NATURALNY HOM* 1szt ( <b>MLE</b> ), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ), II Śniadanie: KISIEL* 150ml,	SONDA OB* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> GALARETKA OWOCOWA PLYNNA* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> ),	SONDA KOL* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), BUDYŃ SONDA* 150ml ( <b>MLE</b> ), HERBATA Z/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml ( <b>GLU</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2436.73 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10234.88 kJ; Białko ogółem: 125.42 g; Tłuszcz: 86.89 g; Węglowodany ogółem: 296.74 g; suma cukrów prostych: 102.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.83 g; Błonnik pokarmowy: 27.09 g; Sól: 3.46 g;		
<b>czwartek 2024-04-25</b>		
<b>Dieta: BOGATORESZTKOWA</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), CHLEB RAZOWY* 90g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), PASTA Z JAJKA I BROKUŁ* 60g ( <b>JAJ, GOR</b> ), SCHAB BENEDYKTA* 50g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), JABŁKO 150g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ), II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 150ml ( <b>MLE</b> ),	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml ( <b>MLE, SEL</b> ), MAKARON PEŁNOZIARNISTY* 200g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</b> ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK Z WINEGRET* 100g ( <b>GOR</b> ), MARCHEW GOTOWANA * 100g ( <b>MLE</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> BROKUŁY GOTOWANE 150g,	CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 90g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 70g, RZODKIEW BIAŁA 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <b>GLU, MLE</b> ), JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2630.12 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10713.43 kJ; Białko ogółem: 121.60 g; Tłuszcz: 85.29 g; Węglowodany ogółem: 374.98 g; suma cukrów prostych: 96.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.99 g; Błonnik pokarmowy: 42.40 g; Sól: 7.48 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-04-26</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
PŁATKI JĘCZMIENNE 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> ), TWAROŻEK*/ 100g ( <i>MLE</i> ), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, POMIDOR 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, HERBATA GRAN ZCYTRYNA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g,	ZUPA GROCHOWA Z MAKARONEM* 400ml ( <i>GLU, JAJ, 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 WARSZAWANKA Z OL* 100g, KOMPOT Z MIESZANKI OW Z JABŁKIEM Z/C* 250ml,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA TOSTOWA ZKURCZAŹ* 70g ( <i>MLE, GOR</i> ), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G, M. EX, SAŁ, SER ŻÓŁTY 20G 1Por ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2636.12 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10864.39 kJ; Białko ogółem: 107.24 g; Tłuszcz: 85.16 g; Węglowodany ogółem: 379.50 g; suma cukrów prostych: 54.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.86 g; Błonnik pokarmowy: 37.53 g; Sól: 6.77 g;		
<b>piątek 2024-04-26</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), CHLEB GRAHAM* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), TWAROŻEK*/ 100g ( <i>MLE</i> ), SAŁATA LODOWA* 20g, POMIDOR 60g, HERBATA GRAN ZCYTRYNA B/CIUKRU* 250ml, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g,	ZUPA KOPERKOWA ZMAKARONEM* 400ml ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g ( <i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i> ), SOS CYTRYNOWY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SOS GRECKI DIETA* 100g ( <i>GLU, SEL</i> ), KOMPOT Z MIESZANKI OW Z JABŁKIEM Z/C* 250ml, MANDARYNKA 100g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 80g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), CHLEB GRAHAM* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA TOSTOWA ZKURCZAŹ* 70g ( <i>MLE, GOR</i> ), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z BUŁKI 50G, M. EX SAŁATY, POL DROB ANI 20G* 1Por ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2217.97 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9126.68 kJ; Białko ogółem: 95.97 g; Tłuszcz: 58.27 g; Węglowodany ogółem: 344.40 g; suma cukrów prostych: 56.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.69 g; Błonnik pokarmowy: 32.13 g; Sól: 5.90 g;		
<b>piątek 2024-04-26</b>		
<b>Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.</b>		
PŁATKI JĘCZMIENNE 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> ), TWAROŻEK*/ 100g ( <i>MLE</i> ), POWIDŁA JABŁKOWE* 60g, POMIDOR 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, HERBATA GRAN Z CYTRYNA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>II Śniadanie:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),	ZUPA KOPERKOWA ZMAKARONEM* 400ml ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g ( <i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i> ), SOS CYTRYNOWY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SOS GRECKI DIETA* 100g ( <i>GLU, SEL</i> ), MANDARYNKA 100g, KOMPOT Z MIESZANKI OW Z JABŁKIEM Z/C* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> WAFLE RYŻOWE 15g/op. 15g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA TOSTOWA ZKURCZAŹ* 70g ( <i>MLE, GOR</i> ), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M. EX, SAŁ, POL DROB ANI 20G 1Por ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2239.42 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9215.47 kJ; Białko ogółem: 101.52 g; Tłuszcz: 60.12 g; Węglowodany ogółem: 339.89 g; suma cukrów prostych: 73.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.33 g; Błonnik pokarmowy: 32.89 g; Sól: 6.38 g;		
<b>piątek 2024-04-26</b>		
<b>Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ</b>		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), TWAROŻEK*/ 100g ( <i>MLE</i> ), HERBATA GRAN ZCYTRYNA B/CIUKRU* 250ml, POMIDOR 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g,	ZUPA KOPERKOWA ZMAKARONEM* 400ml ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g ( <i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i> ), SOS CYTRYNOWY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SOS GRECKI DIETA* 100g ( <i>GLU, SEL</i> ), KOMPOT Z MIESZANKI OW Z JABŁKIEM Z/C* 250ml, 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% 1 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA TOSTOWA ZKURCZAŹ* 70g ( <i>MLE, GOR</i> ), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z BUŁKI 50G, M. EX SAŁATY, POL DROB ANI 20G* 1Por ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2292.53 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9445.57 kJ; Białko ogółem: 96.33 g; Tłuszcz: 62.17 g; Węglowodany ogółem: 351.84 g; suma cukrów prostych: 58.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.80 g; Błonnik pokarmowy: 27.55 g; Sól: 5.78 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-04-26		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), TWAROŻEK*/ 100g ( <b>MLE</b> ), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, JABŁKO PRAŻONE* 60g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g,	ZUPA KOPERKOWA ZMAKARONEM* 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g ( <b>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</b> ), SOS CYTRYNOWY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SOS GRECKI B/KONC. POMIDOR. 100g ( <b>GLU, SEL</b> ), DYNIA DUSZONA* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT ZMIESZANKI OW Z JABŁKIEM Z/C* 250ml,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 120g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g ( <b>MLE, GOR</b> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml,  <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z BUŁKI 50G, M. EX, SAŁATY, POL DROB ANI 20G* 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2322.45 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9575.54 kJ; Białko ogółem: 98.06 g; Tłuszcz: 58.86 g; Węglowodany ogółem: 365.61 g; suma cukrów prostych: 62.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.85 g; Błonnik pokarmowy: 28.05 g; Sól: 5.80 g;		
piątek 2024-04-26		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), TWAROŻEK*/ 100g ( <b>MLE</b> ), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, POWIDŁA JABŁKOWE* 50g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	ZUPA KOPERKOWA ZMAKARONEM* 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g ( <b>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</b> ), SOS CYTRYNOWY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SOS GRECKI B/KONC. POMIDOR. 100g ( <b>GLU, SEL</b> ), DYNIA DUSZONA* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT ZMIESZANKI OW Z JABŁKIEM Z/C* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> WAFLE RYZOWE 15g/op. 15g,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g ( <b>MLE, GOR</b> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml,  <b>Posiłek nocny:</b> MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), KANAPKA Z BUŁKI 50G, M. EX, POL DROB ANI 20G* 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2366.80 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9757.69 kJ; Białko ogółem: 101.67 g; Tłuszcz: 64.46 g; Węglowodany ogółem: 359.75 g; suma cukrów prostych: 68.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.19 g; Błonnik pokarmowy: 28.50 g; Sól: 5.86 g;		
piątek 2024-04-26		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, POMIDOR 60g, TWAROŻEK*/ 100g ( <b>MLE</b> ), SAŁATA LODOWA* 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>II Śniadanie:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	ZUPA KOPERKOWA ZMAKARONEM* 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g ( <b>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</b> ), SOS GRECKI DIETA* 100g ( <b>GLU, SEL</b> ), MANDARYNKA 100g, KOMPOT ZMIESZANKI OW Z JABŁKIEM Z/C* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> SEREK NATURALNY HOM* 1szt ( <b>MLE</b> ),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g ( <b>MLE</b> ), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g ( <b>MLE, GOR</b> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml,  <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z BUŁKI 50G, M. EX, POL DROB ANI 20G 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2447.80 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10099.71 kJ; Białko ogółem: 116.80 g; Tłuszcz: 68.07 g; Węglowodany ogółem: 356.90 g; suma cukrów prostych: 68.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.82 g; Błonnik pokarmowy: 27.39 g; Sól: 7.19 g;		
piątek 2024-04-26		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 150ml ( <b>GLU, MLE</b> ), CHLEB RAZOWY * 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), TWAROŻEK*/ 100g ( <b>MLE</b> ), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, POMIDOR 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>II Śniadanie:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	ZUPA KOPERKOWA ZMAKARONEM* 200ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g ( <b>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</b> ), SOS CYTRYNOWY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SOS GRECKI DIETA* 100g ( <b>GLU, SEL</b> ), MANDARYNKA 100g, KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> BISZKOPTY B/CIUKRU* 20g ( <b>GLU, JAJ, ORZ</b> ),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB RAZOWY * 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA LITEWSKA* 50g, MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g,  <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z BUŁKI 30G, M. EX, POL DROB ANI 20G* 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1651.53 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6973.50 kJ; Białko ogółem: 82.77 g; Tłuszcz: 39.06 g; Węglowodany ogółem: 253.61 g; suma cukrów prostych: 60.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.10 g; Błonnik pokarmowy: 21.16 g; Sól: 5.52 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-04-26</b> <b>Dieta: BEZGLUTENOWA</b>		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g ( <b>ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), TWAROŻEK*/ 100g ( <b>MLE</b> ), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, POMIDOR 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>II Śniadanie:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI B/GLUT* 400ml ( <b>MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g ( <b>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</b> ), SOS GRECKI DIETA* 100g ( <b>GLU, SEL</b> ), MANDARYNKA 100g, KOMPOT Z MIESZANKI OW Z JABŁKIEM Z/C* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> WAFLE RYŻOWE 15g/op. 15g,	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g ( <b>ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA TOSTOWA ZKURCZAŃ* 70g ( <b>MLE, GOR</b> ), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z PIECZ B/GLUT 50G, M.EX, SAŁ, POL DROB ANI 20G* 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2293.30 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9418.81 kJ; Białko ogółem: 82.50 g; Tłuszcz: 66.45 g; Węglowodany ogółem: 349.82 g; suma cukrów prostych: 73.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.11 g; Błonnik pokarmowy: 29.10 g; Sól: 6.03 g;		
<b>piątek 2024-04-26</b> <b>Dieta: PAKOWATA</b>		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU MIX* 400ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, TWAROŻEK*/ 100g ( <b>MLE</b> ), JABŁKO PRAŻONE* 60g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>II Śniadanie:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	ZUPA KOPERKOWA Z MAKARONEM B/ML MIX* 400ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET RYBNY * 100g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS CYTRYNOWY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SOS GRECKI B/KONC. POMIDOR. 100g ( <b>GLU, SEL</b> ), BROKUŁY PUREE * 100g, KOMPOT Z MIESZANKI OW Z JABŁKIEM Z/C* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> BISZKOPTY B/C* 20g ( <b>GLU, JAJ, ORZ</b> ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZAŃ MIELONA* 70g ( <b>MLE, GOR</b> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOL* 80g, <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2186.18 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9003.31 kJ; Białko ogółem: 108.84 g; Tłuszcz: 51.25 g; Węglowodany ogółem: 339.30 g; suma cukrów prostych: 84.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.78 g; Błonnik pokarmowy: 32.54 g; Sól: 5.89 g;		
<b>piątek 2024-04-26</b> <b>Dieta: PŁYNNA</b>		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU PŁYNNĄ* 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> GALARETKA OWOCOWA PŁYNNĄ* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> ),	PŁYNNĄ OB* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), KOMPOT Z MIESZANKI OW Z JABŁKIEM Z/C* 250ml, KISIEL* 150ml, <b>Podwieczorek:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	PŁYNNĄ KOL* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), BUDYŃ* 150ml ( <b>MLE</b> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2035.87 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8560.29 kJ; Białko ogółem: 103.19 g; Tłuszcz: 69.26 g; Węglowodany ogółem: 258.29 g; suma cukrów prostych: 78.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.17 g; Błonnik pokarmowy: 23.41 g; Sól: 3.26 g;		
<b>piątek 2024-04-26</b> <b>Dieta: SONDA</b>		
SONDA MLECZNA* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> GALARETKA OWOCOWA PŁYNNĄ* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> ),	SONDA OB* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), KISIEL* 150ml, KOMPOT Z MIESZANKI OW Z JABŁKIEM Z/C* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	SONDA KOL* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), BUDYŃ SONDA* 150ml ( <b>MLE</b> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2260.36 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9489.33 kJ; Białko ogółem: 114.84 g; Tłuszcz: 85.48 g; Węglowodany ogółem: 264.61 g; suma cukrów prostych: 87.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.26 g; Błonnik pokarmowy: 24.06 g; Sól: 2.80 g;		
<b>piątek 2024-04-26</b> <b>Dieta: BOGATORESZTKOWA</b>		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), CHLEB RAZOWY* 90g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), TWAROŻEK*/ 100g ( <b>MLE</b> ), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, POMIDOR 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>II Śniadanie:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	ZUPA KOPERKOWA Z MAKARONEM PEŁNOZIARNISTYM* 400ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), RYŻ BRAZOWY NA SYPKO * 200g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g ( <b>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</b> ), SOS CYTRYNOWY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SOS GRECKI DIETA* 100g ( <b>GLU, SEL</b> ), MANDARYNKA 100g, KOMPOT Z MIESZANKI OW Z JABŁKIEM Z/C* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> JABŁKO PIECZONE* 150g,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 90g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA TOSTOWA ZKURCZAŃ* 70g ( <b>MLE, GOR</b> ), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX, SAŁ, POL DROB ANI 20G 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2583.95 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10675.77 kJ; Białko ogółem: 106.40 g; Tłuszcz: 61.98 g; Węglowodany ogółem: 418.95 g; suma cukrów prostych: 79.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.80 g; Błonnik pokarmowy: 41.16 g; Sól: 6.71 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-04-27</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
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, GLU PSZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKOWA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <i>JAJ</i> ), POMIDOR 60g , MIX SAŁAT* 15g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA Z/C* 250ml ,	ZUPA DYNIOWA ZZIEMNIAK* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <i>GLU</i> ), GULASZ DROBIOWY * 180g ( <i>GLU</i> ), BUKIET WARZYW GOT KRÓLEWSKI* 100g ( <i>MLE</i> ), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOG* 100g ( <i>MLE</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	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% t 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g ( <i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> BUDYŃ * 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2283.33 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9599.30 kJ; Białko ogółem: 94.56 g; Tłuszcz: 67.44 g; Węglowodany ogółem: 337.83 g; suma cukrów prostych: 74.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.08 g; Błonnik pokarmowy: 28.82 g; Sól: 7.28 g;		
<b>sobota 2024-04-27</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), CHLEB GRAHAM* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i> ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKOWA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <i>JAJ</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , MIX SAŁAT* 15g , HERBATA Z/C* 250ml ,	ZUPA DYNIOWA ZZIEMNIAK* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <i>GLU</i> ), GULASZ DROBIOWY * 180g ( <i>GLU</i> ), BUKIET WARZYW GOT KRÓLEWSKI* 100g ( <i>MLE</i> ), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOG* 100g ( <i>MLE</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 80g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i> ), CHLEB GRAHAM* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <i>MLE</i> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2250.61 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9457.12 kJ; Białko ogółem: 97.95 g; Tłuszcz: 68.31 g; Węglowodany ogółem: 325.31 g; suma cukrów prostych: 69.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.06 g; Błonnik pokarmowy: 31.29 g; Sól: 8.12 g;		
<b>sobota 2024-04-27</b>		
<b>Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.</b>		
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, GLU PSZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKOWA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <i>JAJ</i> ), MIX SAŁAT* 15g , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , <b>II Śniadanie:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),	ZUPA DYNIOWA ZZIEMNIAK* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <i>GLU</i> ), GULASZ DROBIOWY * 180g ( <i>GLU</i> ), BUKIET WARZYW GOT KRÓLEWSKI* 100g ( <i>MLE</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml , SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOG* 100g ( <i>MLE</i> ), <b>Podwieczorek:</b> CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g ,	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% t 15g ( <i>MLE</i> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g ( <i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M, EX, SAŁ, POŁĘDWICY SOP20G* 1Por ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2399.10 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10082.11 kJ; Białko ogółem: 103.51 g; Tłuszcz: 73.21 g; Węglowodany ogółem: 346.38 g; suma cukrów prostych: 55.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.46 g; Błonnik pokarmowy: 31.39 g; Sól: 8.35 g;		
<b>sobota 2024-04-27</b>		
<b>Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ</b>		
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> ), SZYNKOWA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), HERBATA Z/C* 250ml , PASTA Z BIAŁKA JAJKA* 60g ( <i>JAJ</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , MIX SAŁAT* 15g ,	ZUPA DYNIOWA ZZIEMNIAK* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <i>GLU</i> ), GULASZ DROBIOWY * 180g ( <i>GLU</i> ), BUKIET WARZYW GOT KRÓLEWSKI* 100g ( <i>MLE</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml , SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA 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% t 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> ), <b>Posiłek nocny:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2344.61 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9856.74 kJ; Białko ogółem: 100.06 g; Tłuszcz: 73.57 g; Węglowodany ogółem: 332.79 g; suma cukrów prostych: 71.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.77 g; Błonnik pokarmowy: 26.71 g; Sól: 8.06 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-04-27		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <i>MLE</i> ), SZYMKOWA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), HERBATA Z/C* 250ml, POMIDOR B/SKÓRY 60g, WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <i>SEL</i> ), PASTA Z BIAŁKA JAJKA* 60g ( <i>JAJ</i> ),	ZUPA DYNIOWA ZZIEMNIAK DIETA* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <i>GLU</i> ), GULASZ DROBIOWY * 180g ( <i>GLU</i> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <i>GLU</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g ( <i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KISIEL B/C* 150ml, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2269.75 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9554.65 kJ; Białko ogółem: 92.25 g; Tłuszcz: 64.64 g; Węglowodany ogółem: 343.13 g; suma cukrów prostych: 80.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.03 g; Błonnik pokarmowy: 28.48 g; Sól: 7.15 g;		
sobota 2024-04-27		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, 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* 50g, WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <i>SEL</i> ), PASTA Z BIAŁKA JAJKA* 60g ( <i>JAJ</i> ), HERBATA B/CUKRU* 250ml, POWIDŁA JABŁKOWE* 60g, <b>II Śniadanie:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),	ZUPA DYNIOWA ZZIEMNIAK DIETA* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, KLOPSIK WIEPRZOWY GOTOWANY DIETA* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <i>GLU</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g, <b>Podwieczorek:</b> GALARETKA OWOCOWA* 150ml ( <i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i> ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g ( <i>MLE</i> ), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 80g ( <i>SEL</i> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KISIEL B/C* 150ml, BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2362.07 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9925.74 kJ; Białko ogółem: 112.91 g; Tłuszcz: 77.62 g; Węglowodany ogółem: 317.43 g; suma cukrów prostych: 87.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.19 g; Błonnik pokarmowy: 29.51 g; Sól: 4.36 g;		
sobota 2024-04-27		
Dieta: BOGATOBIĄŁKOWA		
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> ), SZYMKOWA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <i>JAJ</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA Z/C* 250ml, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 15g, <b>II Śniadanie:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),	ZUPA DYNIOWA ZZIEMNIAK* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <i>GLU</i> ), GULASZ DROBIOWY * 180g ( <i>GLU</i> ), BUKIET WARZYW GOT KRÓLEWSKI* 100g ( <i>MLE</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOG* 100g ( <i>MLE</i> ), <b>Podwieczorek:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G, M.EX.SAŁ. Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i> ),	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> ), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2507.91 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10543.72 kJ; Białko ogółem: 106.90 g; Tłuszcz: 75.97 g; Węglowodany ogółem: 364.29 g; suma cukrów prostych: 73.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.88 g; Błonnik pokarmowy: 32.98 g; Sól: 10.59 g;		
sobota 2024-04-27		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
KASZA MANNA NA MLEKU* 200ml ( <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> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <i>MLE</i> ), SZYMKOWA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), HERBATA B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 15g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <i>JAJ</i> ), <b>II Śniadanie:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMN* 200ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 150g ( <i>GLU</i> ), GULASZ DROBIOWY * 180g ( <i>GLU</i> ), BUKIET WARZYW GOT KRÓLEWSKI* 100g ( <i>MLE</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/CUKRU* 250ml, SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOG* 100g ( <i>MLE</i> ), <b>Podwieczorek:</b> KISIEL B/C* 150ml,	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% 10g ( <i>MLE</i> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), <b>Posiłek nocny:</b> SOK JABŁKOWY* 200ml, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1692.21 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7109.41 kJ; Białko ogółem: 80.35 g; Tłuszcz: 55.05 g; Węglowodany ogółem: 228.18 g; suma cukrów prostych: 59.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.21 g; Błonnik pokarmowy: 20.74 g; Sól: 6.10 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-04-27</b> <b>Dieta: BEZGLUTENOWA</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <i>MLE</i> ), PIECZYWO B/GLUTENOWE* 100g ( <i>ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), SZYMKOWA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA Z/C* 250ml , POMIDOR 60g , WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <i>SEL</i> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <i>JAJ</i> ), <b>II Śniadanie:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMNIAK. B/GLUTENU* 400ml ( <i>MLE, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, GULASZ DROBIOWY B/GLUTENU* 180g , BUKIET WARZYW GOT KRÓLEWSKI* 100g ( <i>MLE</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml , SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOG* 100g ( <i>MLE</i> ), <b>Podwieczorek:</b> KISIEL B/C* 150ml ,	PIECZYWO B/GLUTENOWE* 120g ( <i>ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <i>MLE</i> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2197.78 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8857.29 kJ; Białko ogółem: 84.31 g; Tłuszcz: 77.36 g; Węglowodany ogółem: 299.40 g; suma cukrów prostych: 86.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.14 g; Błonnik pokarmowy: 30.94 g; Sól: 9.50 g;		
<b>sobota 2024-04-27</b> <b>Dieta: PAKOWATA</b>		
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> ), SZYMKOWA WP MIELONA* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), HERBATA Z/C* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <i>SEL</i> ), PASTA JAJECZNA* 60g ( <i>JAJ, MLE</i> ), POMIDOR B/SKÓRY 60g , <b>II Śniadanie:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, KLOPSIK WIEPRZOWY GOTOWANY DIETA* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <i>GLU</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), JABŁKO PIECZONE* 150g , KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <i>MLE</i> ), SZYMKOWA Z INDYKA PRASOWANA MIELONA* 70g ( <i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , <b>Posiłek nocny:</b> PODPŁOYMIKI 1 SZT 1szt ( <i>GLU, MLE</i> ), SOK POMIDOROWY* 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2207.09 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9281.06 kJ; Białko ogółem: 109.03 g; Tłuszcz: 65.35 g; Węglowodany ogółem: 310.58 g; suma cukrów prostych: 98.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.91 g; Błonnik pokarmowy: 31.97 g; Sól: 7.97 g;		
<b>sobota 2024-04-27</b> <b>Dieta: PŁYNNA</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU PLYNNA* 400ml ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), HERBATA Z/C* 250ml , GALARETKA OWOCOWA PLYNNA* 150ml ( <i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i> ), <b>II Śniadanie:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),	PŁYNNA OB* 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> KISIEL* 150ml ,	PŁYNNA KOL* 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i> ), BUDYŃ* 150ml ( <i>MLE</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1944.65 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8178.48 kJ; Białko ogółem: 92.62 g; Tłuszcz: 63.29 g; Węglowodany ogółem: 259.79 g; suma cukrów prostych: 83.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.36 g; Błonnik pokarmowy: 24.10 g; Sól: 3.45 g;		
<b>sobota 2024-04-27</b> <b>Dieta: SONDA</b>		
SONDA MLECZNA* 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i> ), GALARETKA OWOCOWA PLYNNA* 150ml ( <i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i> ), HERBATA Z/C* 250ml , <b>II Śniadanie:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),	SONDA OB* 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i> ), KISIEL* 150ml , KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),	SONDA KOL* 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i> ), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml ( <i>GLU</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2261.79 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9496.67 kJ; Białko ogółem: 108.65 g; Tłuszcz: 80.76 g; Węglowodany ogółem: 283.97 g; suma cukrów prostych: 87.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.72 g; Błonnik pokarmowy: 28.32 g; Sól: 3.63 g;		
<b>sobota 2024-04-27</b> <b>Dieta: BOGATORESZTKOWA</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), CHLEB RAZOWY* 90g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), SZYMKOWA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), HERBATA Z/C* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , MIX SAŁAT* 15g , JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <i>JAJ</i> ), <b>II Śniadanie:</b> GREJFRUT* 200g ,	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMNIAK* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <i>GLU</i> ), GULASZ DROBIOWY * 180g ( <i>GLU</i> ), BUKIET WARZYW GOT KRÓLEWSKI* 150g ( <i>MLE</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml , SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOG* 100g ( <i>MLE</i> ), <b>Podwieczorek:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZOWY , MEX, SAŁ. Z SZYMKOWA 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, GLU PSZ</i> ), CHLEB RAZOWY* 90g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <i>MLE</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , SZYMKOWA Z INDYKA PRASOWANA* 70g ( <i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), SURÓWKA Z KAP PEK Z PAPERKĄ 100g , <b>Posiłek nocny:</b> SOK JABŁKOWY* 200ml , WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2625.51 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11036.47 kJ; Białko ogółem: 100.72 g; Tłuszcz: 74.03 g; Węglowodany ogółem: 407.42 g; suma cukrów prostych: 95.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.13 g; Błonnik pokarmowy: 39.72 g; Sól: 9.62 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-04-28</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
PŁATKI JĘCZMIENNE 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> ), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, SER ŻÓŁTY 20g ( <i>MLE</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, SAŁATA LODOWA* 20g,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDKO PIECZONE * 160g ( <i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i> ), MARCHEW Z GROSZKIEM* 100g ( <i>GLU, MLE</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK Z JOG* 100g ( <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% t 15g ( <i>MLE</i> ), BROKUŁY GOTOWANE 80g, HERBATA ZC* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2353.55 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9894.42 kJ; Białko ogółem: 129.28 g; Tłuszcz: 79.48 g; Węglowodany ogółem: 294.62 g; suma cukrów prostych: 62.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.30 g; Błonnik pokarmowy: 28.42 g; Sól: 8.77 g;		
<b>niedziela 2024-04-28</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), CHLEB GRAHAM* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, TWAROŻEK* 70g ( <i>MLE</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, SAŁATA LODOWA* 20g,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDKO GOTOWANE* 160g ( <i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK Z JOG* 100g ( <i>MLE</i> ), MARCHEW GOTOWANA * 100g ( <i>MLE</i> ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 80g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i> ), CHLEB GRAHAM* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <i>MLE</i> ), BROKUŁY GOTOWANE 80g, HERBATA ZC* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2268.18 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9531.72 kJ; Białko ogółem: 130.34 g; Tłuszcz: 75.57 g; Węglowodany ogółem: 281.90 g; suma cukrów prostych: 57.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.99 g; Błonnik pokarmowy: 30.56 g; Sól: 7.89 g;		
<b>niedziela 2024-04-28</b>		
<b>Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.</b>		
PŁATKI JĘCZMIENNE 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> ), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, TWAROŻEK* 70g ( <i>MLE</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, SAŁATA LODOWA* 20g, <b>II Śniadanie:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDKO GOTOWANE* 160g ( <i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i> ), MARCHEW Z GROSZKIEM* 100g ( <i>GLU, MLE</i> ), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK Z JOG* 100g ( <i>MLE</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> JABŁKO 150g,	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% t 15g ( <i>MLE</i> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), BROKUŁY GOTOWANE 80g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZOWY* 50g, MEX, SAŁ Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2453.89 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10311.48 kJ; Białko ogółem: 132.25 g; Tłuszcz: 78.86 g; Węglowodany ogółem: 321.93 g; suma cukrów prostych: 62.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.75 g; Błonnik pokarmowy: 36.18 g; Sól: 9.93 g;		
<b>niedziela 2024-04-28</b>		
<b>Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ</b>		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, TWAROŻEK* 70g ( <i>MLE</i> ), SAŁATA LODOWA* 20g,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDKO GOTOWANE* 160g ( <i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i> ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <i>GLU, MLE</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK 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% t 15g ( <i>MLE</i> ), BROKUŁY GOTOWANE 80g, HERBATA ZC* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2351.54 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9888.99 kJ; Białko ogółem: 131.19 g; Tłuszcz: 78.55 g; Węglowodany ogółem: 293.16 g; suma cukrów prostych: 59.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.31 g; Błonnik pokarmowy: 26.10 g; Sól: 7.78 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-04-28</b>		
<b>Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.</b>		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <i>MLE</i> ), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, JABŁKO PIECZONE* 150g, TWAROŻEK* 70g ( <i>MLE</i> ), HERBATA Z/C* 250ml, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDKO GOTOWANE* 160g ( <i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i> ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <i>GLU, MLE</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, SZPINAK GOTOWANY* 100g ( <i>GLU</i> ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 120g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g ( <i>MLE</i> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, HERBATA Z/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2432.02 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10226.21 kJ; Białko ogółem: 132.05 g; Tłuszcz: 76.97 g; Węglowodany ogółem: 315.98 g; suma cukrów prostych: 77.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.32 g; Błonnik pokarmowy: 26.88 g; Sól: 7.99 g;		
<b>niedziela 2024-04-28</b>		
<b>Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ</b>		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <i>MLE</i> ), HERBATA Z/C* 250ml, TWAROŻEK* 110g ( <i>MLE</i> ), JABŁKO PIECZONE* 150g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, MIÓD 50g, <b>II Śniadanie:</b> KISIEL* 150ml,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <i>GLU, MLE</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, SZPINAK GOTOWANY* 100g ( <i>GLU</i> ), <b>Podwieczorek:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g ( <i>MLE</i> ), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 80g ( <i>SEL</i> ), HERBATA Z/C* 250ml, BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, <b>Posiłek nocny:</b> CHRUPKI KUKURYDZIANE* 15g, BUDYŃ B/C* 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2525.04 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10636.90 kJ; Białko ogółem: 111.82 g; Tłuszcz: 66.08 g; Węglowodany ogółem: 386.64 g; suma cukrów prostych: 101.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.55 g; Błonnik pokarmowy: 31.59 g; Sól: 4.83 g;		
<b>niedziela 2024-04-28</b>		
<b>Dieta: BOGATOBIAŁKOWA</b>		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), CHLEB RAZOWY* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, TWAROŻEK* 70g ( <i>MLE</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, SAŁATA LODOWA* 20g, <b>II Śniadanie:</b> BUDYŃ* 150ml ( <i>MLE</i> ),	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDKO GOTOWANE* 160g ( <i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i> ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <i>GLU, MLE</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK Z JOG* 100g ( <i>MLE</i> ), <b>Podwieczorek:</b> JABŁKO 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> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), BROKUŁY GOTOWANE 80g, HERBATA Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2513.67 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10570.78 kJ; Białko ogółem: 136.14 g; Tłuszcz: 79.85 g; Węglowodany ogółem: 327.80 g; suma cukrów prostych: 83.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.51 g; Błonnik pokarmowy: 30.33 g; Sól: 8.02 g;		
<b>niedziela 2024-04-28</b>		
<b>Dieta: DZIECIĘCA 4-9</b>		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 200ml ( <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> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <i>MLE</i> ), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, TWAROŻEK* 50g ( <i>MLE</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA LODOWA* 20g, <b>II Śniadanie:</b> KISIEL Z TARTYM JABŁKIEM Z CUKR* 150ml,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 200ml ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDKO GOTOWANE* 160g ( <i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i> ), MARCHEW OPRÓSZANA* 70g ( <i>GLU, MLE</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK Z JOG* 100g ( <i>MLE</i> ), <b>Podwieczorek:</b> JABŁKO 150g,	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% 10g ( <i>MLE</i> ), BROKUŁY GOTOWANE 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), HERBATA Z/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1833.64 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7703.91 kJ; Białko ogółem: 110.11 g; Tłuszcz: 61.91 g; Węglowodany ogółem: 220.63 g; suma cukrów prostych: 66.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.33 g; Błonnik pokarmowy: 23.60 g; Sól: 6.17 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-04-28</b>		
<b>Dieta: BEZGLUTENOWA</b>		
RYŻNA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), PIECZYWO B/GLUTENOWE* 100g ( <b>ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, TWARÓŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, SAŁATA LODOWA* 20g, <b>II Śniadanie:</b> KISIEL* 150ml,	ROSÓŁ Z MAKARONEM BEZGLUTEN* 400ml ( <b>JAJ, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDKO GOTOWANE* 160g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</b> ), MARCHEW GOTOWANA * 150g ( <b>MLE</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK Z JOG* 100g ( <b>MLE</b> ), <b>Podwieczorek:</b> JABŁKO 150g,	PIECZYWO B/GLUTENOWE* 120g ( <b>ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), BROKUŁY GOTOWANE 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA Z/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2345.30 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9836.34 kJ; Białko ogółem: 113.62 g; Tłuszcz: 81.56 g; Węglowodany ogółem: 297.49 g; suma cukrów prostych: 87.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.27 g; Błonnik pokarmowy: 28.04 g; Sól: 7.16 g;		
<b>niedziela 2024-04-28</b>		
<b>Dieta: PAKOWATA</b>		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU MIX* 400ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA MIELONA* 50g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, JABŁKO PIECZONE* 150g, CIUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, TWARÓŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,	ROSÓŁ Z MAKARONEM MIX* 400ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <b>GLU, MLE</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, SZPINAK GOTOWANY* 100g ( <b>GLU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), HERBATA Z/C* 250ml, ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, <b>Posiłek nocny:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2275.77 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9578.43 kJ; Białko ogółem: 124.98 g; Tłuszcz: 61.30 g; Węglowodany ogółem: 322.49 g; suma cukrów prostych: 104.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.98 g; Błonnik pokarmowy: 33.47 g; Sól: 8.55 g;		
<b>niedziela 2024-04-28</b>		
<b>Dieta: PŁYNNA</b>		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU PŁYNNA* 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), JOGURT NATURALNY 1ml ( <b>MLE</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, <b>II Śniadanie:</b> GALARETKA OWOCOWA PŁYNNA* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> ),	PŁYNNA OB* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, KISIEL* 150ml, <b>Podwieczorek:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	PŁYNNA KOL* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), RYŻ Z JABŁKIEM* 200g ( <b>MLE</b> ), HERBATA Z/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> PŁYNNA PN* 250ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2227.53 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9361.09 kJ; Białko ogółem: 101.73 g; Tłuszcz: 73.80 g; Węglowodany ogółem: 300.87 g; suma cukrów prostych: 65.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.57 g; Błonnik pokarmowy: 32.25 g; Sól: 2.91 g;		
<b>niedziela 2024-04-28</b>		
<b>Dieta: SONDA</b>		
SONDA MLECZNA* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), JOGURT NATURALNY 1ml ( <b>MLE</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, <b>II Śniadanie:</b> GALARETKA OWOCOWA PŁYNNA* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> ),	SONDA OB* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), KISIEL* 150ml, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	SONDA KOL* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml ( <b>GLU</b> ), HERBATA Z/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> SONDA PN* 250ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2400.39 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10072.53 kJ; Białko ogółem: 112.69 g; Tłuszcz: 89.88 g; Węglowodany ogółem: 294.89 g; suma cukrów prostych: 74.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.82 g; Błonnik pokarmowy: 31.55 g; Sól: 2.48 g;		
<b>niedziela 2024-04-28</b>		
<b>Dieta: BOGATORESZTKOWA</b>		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, TWARÓŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), SAŁATA LODOWA* 20g, <b>II Śniadanie:</b> BROKUŁY GOTOWANE * 150g,	ROSÓŁ Z MAKARONEM PEŁNOZIARNISTYM* 400ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL</b> ), RYŻBRAZOWY NA SYPKO* 150g, UDKO GOTOWANE* 160g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</b> ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <b>GLU, MLE</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK Z JOG* 100g ( <b>MLE</b> ), <b>Podwieczorek:</b> JABŁKO 150g,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g ( <b>MLE</b> ), SURÓWKA WARZYWNA Z OGÓRKIEM KISZ Z OLEJEM* 130g ( <b>SEL</b> ), HERBATA Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA* 5g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ), SOK POMIDOROWY* 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2442.50 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10265.46 kJ; Białko ogółem: 131.96 g; Tłuszcz: 76.49 g; Węglowodany ogółem: 326.41 g; suma cukrów prostych: 81.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.69 g; Błonnik pokarmowy: 47.24 g; Sól: 9.00 g;		

**Jadłospisy dla oddziałów**

<b>Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny</b>		
<b>Śniadanie II Śniadanie</b>	<b>Obiad Podwieczorek</b>	<b>Kolacja Posiłek nocny</b>

Dietetyk

.....