

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-04-28		
Dieta: PODSTAWOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNÍ* 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 (<i>MLE</i>), 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/CUKRU* 250ml, SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK Z JOG* 100g (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNÍ* 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% t 15g (<i>MLE</i>), BROKUŁY GOTOWANE 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POLĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2300.85 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9666.47 kJ; Białko ogółem: 124.02 g; Tłuszcz: 81.01 g; Węglowodany ogółem: 283.29 g; suma cukrów prostych: 50.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.53 g; Błonnik pokarmowy: 28.62 g; Sól: 8.35 g;		
niedziela 2024-04-28		
Dieta: PODSTAWOWA BEZ MLEKA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZ* 350ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNÍ* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, 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 (<i>MLE</i>), 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/CUKRU* 250ml, KISIEL* 150ml, SURÓWKA Z KAP PEK, POMID Z OL*/ 100g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNÍ* 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% t 15g (<i>MLE</i>), POLĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BROKUŁY GOTOWANE 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2269.15 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9523.80 kJ; Białko ogółem: 105.20 g; Tłuszcz: 78.77 g; Węglowodany ogółem: 302.39 g; suma cukrów prostych: 63.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.38 g; Błonnik pokarmowy: 33.74 g; Sól: 8.58 g;		
niedziela 2024-04-28		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNÍ* 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 (<i>MLE</i>), UDKO GOTOWANE* 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK Z JOG* 100g (<i>MLE</i>), MARCHEW GOTOWANA * 100g (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNÍ* 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% t 15g (<i>MLE</i>), BROKUŁY GOTOWANE 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POLĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2293.48 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9633.77 kJ; Białko ogółem: 130.77 g; Tłuszcz: 79.80 g; Węglowodany ogółem: 278.37 g; suma cukrów prostych: 52.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.17 g; Błonnik pokarmowy: 30.76 g; Sól: 7.92 g;		
niedziela 2024-04-28		
Dieta: ŁATWOSTR. BEZ MLEKA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZ* 350ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), 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 Z OL*/ 100g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), POLĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BROKUŁY GOTOWANE 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2278.05 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9557.99 kJ; Białko ogółem: 107.34 g; Tłuszcz: 82.34 g; Węglowodany ogółem: 294.37 g; suma cukrów prostych: 58.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.37 g; Błonnik pokarmowy: 33.60 g; Sól: 8.44 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-04-28		
Dieta: ŁATWOSTR. POŁOŻNICZA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 20g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, HERBATA Z/C* 250ml, TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g, BUKIET JARZYN GOT* 60g (<i>SEL</i>), II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), 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, SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 20g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2709.52 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11377.31 kJ; Białko ogółem: 139.53 g; Tłuszcz: 100.37 g; Węglowodany ogółem: 326.71 g; suma cukrów prostych: 82.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.04 g; Błonnik pokarmowy: 29.57 g; Sól: 8.38 g;		
niedziela 2024-04-28		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
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>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, SAŁATA LODOWA* 20g, II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szl,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), 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, Podwieczorek: JABŁKO 150g,	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% t 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BROKUŁY GOTOWANE 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G, M.EX.SAŁ Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2499.14 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10498.38 kJ; Białko ogółem: 132.69 g; Tłuszcz: 83.09 g; Węglowodany ogółem: 323.39 g; suma cukrów prostych: 63.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.93 g; Błonnik pokarmowy: 36.38 g; Sól: 9.96 g;		
niedziela 2024-04-28		
Dieta: Z OGR.Ł/PRZYSW.WĘGL.B/S		
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>), SCHAB GOT B/ SOLI* 30g, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), SAŁATA LODOWA* 20g, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), 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>), Podwieczorek: JABŁKO 150g,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 80g (<i>SEL</i>), BROKUŁY GOTOWANE 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: CHLEB RAZOWY* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), SCHAB GOT B/ SOLI* 30g, SAŁATA MASŁOWA 10g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2545.75 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10694.58 kJ; Białko ogółem: 144.16 g; Tłuszcz: 89.52 g; Węglowodany ogółem: 308.56 g; suma cukrów prostych: 60.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.47 g; Błonnik pokarmowy: 34.91 g; Sól: 5.26 g;		
niedziela 2024-04-28		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL. 1500		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 200ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 30g (<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% 10g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, TWAROŻEK* 50g (<i>MLE</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA LODOWA* 20g, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 200ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (<i>MLE</i>), 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>), Podwieczorek: JABŁKO 100g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 20g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (<i>MLE</i>), BROKUŁY GOTOWANE 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G, M.EX.SAŁ Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1777.01 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7459.03 kJ; Białko ogółem: 104.76 g; Tłuszcz: 64.75 g; Węglowodany ogółem: 206.31 g; suma cukrów prostych: 43.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.29 g; Błonnik pokarmowy: 24.82 g; Sól: 6.34 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-04-28 Dieta: Z OGR ŁATW PRZYŚW WĘGL1500B/ML		
PLĄTKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZ * 150ml (GLU, MLE, SEL), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA * 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, POWIDŁA JABŁKOWE* 40g, SAŁATA LODOWA* 20g, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 150ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (MLE), UDKO GOTOWANE* 160g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, SURÓWKA Z KAP PEK, POMID Z OL*/ 100g, Podwieczorek: JABŁKO 100g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 20g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 10g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), BROKUŁY GOTOWANE 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 30G, M.R, SAŁ Z SZYNKA Z INDYKA 30G 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1641.30 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6877.23 kJ; Białko ogółem: 87.73 g; Tłuszcz: 66.86 g; Węglowodany ogółem: 184.76 g; suma cukrów prostych: 38.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.93 g; Błonnik pokarmowy: 25.24 g; Sól: 5.83 g;		
niedziela 2024-04-28 Dieta: Z OGR ŁATW PRZYŚW WĘGL. B/ML		
PLĄTKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZ* 350ml (GLU, MLE, SEL), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, POWIDŁA JABŁKOWE* 40g, SAŁATA LODOWA* 20g, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), UDKO GOTOWANE* 160g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, SURÓWKA Z KAP PEK, POMID Z OL*/ 100g, Podwieczorek: JABŁKO 150g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (MLE, GOR, SO2), BROKUŁY GOTOWANE 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX, SAŁ Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2343.35 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9832.54 kJ; Białko ogółem: 108.00 g; Tłuszcz: 83.32 g; Węglowodany ogółem: 308.11 g; suma cukrów prostych: 48.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.29 g; Błonnik pokarmowy: 35.68 g; Sól: 8.11 g;		
niedziela 2024-04-28 Dieta: Z OGR ŁATW PRZYŚW WĘGLNISKOTŁ		
PLĄTKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, JABŁKO PIECZONE* 150g, TWAROŻEK* 70g (MLE), BUKIET JARZYN GOT* 60g (SEL), II Śniadanie: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), UDKO GOTOWANE* 160g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU, MLE), Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 10g (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (MLE, GOR, SO2), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX, SAŁ Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2573.22 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10813.81 kJ; Białko ogółem: 137.83 g; Tłuszcz: 80.24 g; Węglowodany ogółem: 342.63 g; suma cukrów prostych: 67.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.22 g; Błonnik pokarmowy: 35.61 g; Sól: 9.14 g;		
niedziela 2024-04-28 Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
PLĄTKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, TWAROŻEK* 70g (MLE), SAŁATA LODOWA* 20g,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), UDKO GOTOWANE* 160g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK Z JOG* 100g (MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), BROKUŁY GOTOWANE 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (MLE, GOR, SO2), Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2376.84 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9991.04 kJ; Białko ogółem: 131.63 g; Tłuszcz: 82.78 g; Węglowodany ogółem: 289.63 g; suma cukrów prostych: 54.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.49 g; Błonnik pokarmowy: 26.30 g; Sól: 7.81 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-04-28		
Dieta: O KONT.ZAW.KW.TŁ B/M		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZ* 350ml (GLU, MLE, SEL), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, SAŁATA LODOWA* 20g, DŻEM JEDNOPORCJOWY 25g/op. 2szt,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), UDKO GOTOWANE* 160g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, SURÓWKA Z KAP PEK, POMID Z OL*/ 100g,	CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (MLE, GOR, SO2), BROKUŁY GOTOWANE 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2296.45 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9639.59 kJ; Białko ogółem: 106.30 g; Tłuszcz: 82.18 g; Węglowodany ogółem: 299.25 g; suma cukrów prostych: 59.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.35 g; Błonnik pokarmowy: 31.12 g; Sól: 8.44 g;		
niedziela 2024-04-28		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, JABŁKO PIECZONE* 150g, TWAROŻEK* 70g (MLE), HERBATA Z/C* 250ml, BUKIET JARZYN GOT* 60g (SEL),	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), UDKO GOTOWANE* 160g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU, MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (MLE, GOR, SO2), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2467.42 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10372.21 kJ; Białko ogółem: 132.90 g; Tłuszcz: 80.62 g; Węglowodany ogółem: 317.24 g; suma cukrów prostych: 75.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.96 g; Błonnik pokarmowy: 29.57 g; Sól: 8.17 g;		
niedziela 2024-04-28		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA BEZ TŁ		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, JABŁKO PIECZONE* 150g, TWAROŻEK* 70g (MLE), HERBATA Z/C* 250ml, BUKIET JARZYN GOT* 60g (SEL),	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), UDKO GOTOWANE* 160g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU, MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2300.32 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9684.01 kJ; Białko ogółem: 129.40 g; Tłuszcz: 63.81 g; Węglowodany ogółem: 316.81 g; suma cukrów prostych: 75.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.11 g; Błonnik pokarmowy: 29.57 g; Sól: 7.66 g;		
niedziela 2024-04-28		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), HERBATA Z/C* 250ml, TWAROŻEK* 110g (MLE), MIÓD 50g, JABŁKO PIECZONE* 150g, BUKIET JARZYN GOT* 60g (SEL), II Śniadanie: KISIEL* 150ml,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU, MLE), Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (MLE), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 80g (SEL), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, Posiłek nocny: CHRUPEKI KUKURYDZIANE * 15g, BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2560.44 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10782.91 kJ; Białko ogółem: 112.66 g; Tłuszcz: 69.73 g; Węglowodany ogółem: 387.89 g; suma cukrów prostych: 99.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.19 g; Błonnik pokarmowy: 34.28 g; Sól: 5.01 g;		
niedziela 2024-04-28		
Dieta: UBOGOENERGETYCZNA 1000		
CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, SAŁATA LODOWA* 20g,	ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 110g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK Z JOG* 100g (MLE), Podwieczorek: KISIEL B/C* 150ml,	CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (MLE), BROKUŁY GOTOWANE 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (MLE, GOR, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1109.12 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 4661.36 kJ; Białko ogółem: 62.83 g; Tłuszcz: 35.44 g; Węglowodany ogółem: 144.60 g; suma cukrów prostych: 22.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.61 g; Błonnik pokarmowy: 19.29 g; Sól: 5.17 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-04-28		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g , TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , SAŁATA LODOWA* 20g , II Śniadanie: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), 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>), Podwieczorek: 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 GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2538.97 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10672.83 kJ; Białko ogółem: 136.57 g; Tłuszcz: 84.08 g; Węglowodany ogółem: 324.27 g; suma cukrów prostych: 79.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.69 g; Błonnik pokarmowy: 30.53 g; Sól: 8.05 g;		
niedziela 2024-04-28		
Dieta: NISKOBIĄŁKOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZ* 350ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 40g (<i>MLE</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , SAŁATA LODOWA* 20g , II Śniadanie: KISIEL Z TARTYM JABŁKIEM Z CUKR* 150ml ,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 40g (<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>), Podwieczorek: 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>), RYŻ Z WARZYWAMI* 150g , BROKUŁY GOTOWANE 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2128.21 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8958.41 kJ; Białko ogółem: 67.39 g; Tłuszcz: 53.36 g; Węglowodany ogółem: 362.69 g; suma cukrów prostych: 85.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.13 g; Błonnik pokarmowy: 35.04 g; Sól: 4.29 g;		
niedziela 2024-04-28		
Dieta: DZIECIĘCA 1-3		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 150ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 30g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , TWAROŻEK* 50g (<i>MLE</i>), BUKIET JARZYN GOT* 50g (<i>SEL</i>), II Śniadanie: KISIEL Z TARTYM JABŁKIEM Z CUKR* 150ml ,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 200ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (<i>MLE</i>), PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 70g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , SZPINAK GOTOWANY* 70g (<i>GLU, MLE</i>), Podwieczorek: JABŁKO 100g ,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), BROKUŁY GOTOWANE 60g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 30g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1197.46 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 5040.50 kJ; Białko ogółem: 62.38 g; Tłuszcz: 34.01 g; Węglowodany ogółem: 171.01 g; suma cukrów prostych: 54.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.80 g; Błonnik pokarmowy: 21.20 g; Sól: 3.87 g;		
niedziela 2024-04-28		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 200ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , TWAROŻEK* 50g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , SAŁATA LODOWA* 20g , II Śniadanie: KISIEL Z TARTYM JABŁKIEM Z CUKR* 150ml ,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 200ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), 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>), Podwieczorek: JABŁKO 150g ,	BUŁKA PSZENNNA 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 GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1858.94 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7805.96 kJ; Białko ogółem: 110.55 g; Tłuszcz: 66.14 g; Węglowodany ogółem: 217.10 g; suma cukrów prostych: 62.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.51 g; Błonnik pokarmowy: 23.80 g; Sól: 6.20 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-04-28		
Dieta: DZIECIĘCA 10-18		
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, II Śniadanie: KISIEL Z TARTYM JABŁKIEM Z CUKR* 150ml,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), 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>), Podwieczorek: JABŁKO 150g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), BROKUŁY GOTOWANE 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2500.69 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10510.99 kJ; Białko ogółem: 132.41 g; Tłuszcz: 83.85 g; Węglowodany ogółem: 319.09 g; suma cukrów prostych: 79.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.60 g; Błonnik pokarmowy: 30.00 g; Sól: 7.77 g;		
niedziela 2024-04-28		
Dieta: PAPKOWATA		
PŁATKI JĘCZMIENNE 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 DĘBOWA DROBIOWA MIELONA* 50g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, JABŁKO PIECZONE* 150g, BUKIET JARZYN GOT* 60g (<i>SEL</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ROSÓŁ Z MAKARONEM MIX* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), 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, MLE</i>), Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, ŻUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2311.18 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9724.43 kJ; Białko ogółem: 125.82 g; Tłuszcz: 64.95 g; Węglowodany ogółem: 323.75 g; suma cukrów prostych: 102.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.62 g; Błonnik pokarmowy: 36.16 g; Sól: 8.73 g;		
niedziela 2024-04-28		
Dieta: PAPKOWATA CUKRZYCOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE 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 DĘBOWA DROBIOWA MIELONA* 50g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (<i>MLE</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g, BUKIET JARZYN GOT* 60g (<i>SEL</i>), II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ROSÓŁ Z MAKARONEM MIX* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), Podwieczorek: SOK POMIDOROWY* 1szt,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), ŻUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2269.68 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9547.83 kJ; Białko ogółem: 122.74 g; Tłuszcz: 62.87 g; Węglowodany ogółem: 322.81 g; suma cukrów prostych: 97.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.82 g; Błonnik pokarmowy: 39.67 g; Sól: 9.73 g;		
niedziela 2024-04-28		
Dieta: PAPKOWATA BEZ MLEKA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZ MIX* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, JABŁKO PIECZONE* 150g, SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA MIELONA* 50g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, BUKIET JARZYN GOT* 60g (<i>SEL</i>), PASTA JAJEZCZNA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ROSÓŁ Z MAKARONEM MIX* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), 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, MLE</i>), Podwieczorek: BISZKOPTY B/CUKRU* 20g (<i>GLU, JAJ, ORZ</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, ŻUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, Posiłek nocny: KISIEL B/C* 150ml, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2082.64 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8751.36 kJ; Białko ogółem: 102.22 g; Tłuszcz: 59.98 g; Węglowodany ogółem: 302.03 g; suma cukrów prostych: 75.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.00 g; Błonnik pokarmowy: 38.69 g; Sól: 8.07 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-04-28		
Dieta: PŁYNNA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU PŁYNNYM* 400ml (GLU, JAJ, MLE), JOGURT NATURALNY 1ml (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA PŁYNNYM* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	PŁYNNYM OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, KISIEL* 150ml, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	PŁYNNYM KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), RYŻ Z JABŁKIEM* 200g (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: PŁYNNYM PN* 250ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2211.58 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9293.04 kJ; Białko ogółem: 101.81 g; Tłuszcz: 73.83 g; Węglowodany ogółem: 296.83 g; suma cukrów prostych: 60.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.57 g; Błonnik pokarmowy: 32.45 g; Sól: 2.91 g;		
niedziela 2024-04-28		
Dieta: SONDA		
SONDA MLECZNA* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE), JOGURT NATURALNY 1ml (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA PŁYNNYM* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	SONDA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KISIEL* 150ml, KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	SONDA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU, MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SONDA PN* 250ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2421.73 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10159.24 kJ; Białko ogółem: 112.82 g; Tłuszcz: 92.35 g; Węglowodany ogółem: 294.86 g; suma cukrów prostych: 72.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.46 g; Błonnik pokarmowy: 31.99 g; Sól: 2.49 g;		
niedziela 2024-04-28		
Dieta: SONDA BEZ MLEKA		
SONDA B/ MLEKA ŚN* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), SOK POMIDOROWY* 1szt, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA PŁYNNYM* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	SONDA B/MLEKA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KISIEL* 150ml, KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, Podwieczorek: SOK POMIDOROWY* 1szt,	SONDA B/ML KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU, MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SONDA B/ML PN* 250ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2418.03 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10150.66 kJ; Białko ogółem: 104.10 g; Tłuszcz: 78.15 g; Węglowodany ogółem: 342.05 g; suma cukrów prostych: 70.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.26 g; Błonnik pokarmowy: 47.40 g; Sól: 4.87 g;		
niedziela 2024-04-28		
Dieta: KLEIKOWA		
KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (GLU), SUCHARY* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), HERBATA Z/C* 250ml,	KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (GLU), SUCHARY* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), HERBATA Z/C* 250ml,	KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (GLU), SUCHARY* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KLEIK ZKASZY MANNY* 200g (GLU), SUCHARY 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 828.88 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 3507.76 kJ; Białko ogółem: 24.49 g; Tłuszcz: 9.57 g; Węglowodany ogółem: 160.96 g; suma cukrów prostych: 10.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.12 g; Błonnik pokarmowy: 19.19 g; Sól: 1.19 g;		
niedziela 2024-04-28		
Dieta: WEGAŃSKA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZ* 350ml (GLU, MLE, SEL), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, RYŻ Z JABŁKIEM* 200g (MLE), POMIDOR 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, II Śniadanie: KISIEL Z TARTYM JABŁKIEM Z CIUKR* 150ml,	ROSÓŁ WEGE Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), GULASZ Z KOSTKI SOJOWEJ Z WARZYWAMI* 180g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (GLU, MLE), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK Z JOG* 100g (MLE), Podwieczorek: JABŁKO 150g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), BROKUŁY GOTOWANE 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA* 5g, SAŁATKA JARZYNOWA B/ MLEKA* 120g (JAJ, SEL), Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), SOK POMIDOROWY* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2095.13 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8807.10 kJ; Białko ogółem: 46.16 g; Tłuszcz: 54.04 g; Węglowodany ogółem: 378.87 g; suma cukrów prostych: 89.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.75 g; Błonnik pokarmowy: 45.19 g; Sól: 5.40 g;		

Dietetyk

.....