

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-03		
Dieta: PODSTAWOWA		
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</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, RZODKIEWKA 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>),	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/CUKRU* 250ml, SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ, KUK Z JOG/ 100g (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), POMIDOR * 80g, HERBATA ZC* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), Posiłek nocny: MIÓD JEDN 25g/op. 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2417.51 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10166.54 kJ; Białko ogółem: 129.71 g; Tłuszcz: 76.33 g; Węglowodany ogółem: 318.29 g; suma cukrów prostych: 63.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.52 g; Błonnik pokarmowy: 31.18 g; Sól: 8.12 g;		
niedziela 2024-03-03		
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 ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</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, RZODKIEWKA 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>),	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/CUKRU* 250ml, KISIEL* 150ml, SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ, KUK Z OLEJ* 100g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SCHAB GOT B/SOLI * 60g, POMIDOR* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA Z/C* 250ml, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2347.99 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9865.25 kJ; Białko ogółem: 124.79 g; Tłuszcz: 73.44 g; Węglowodany ogółem: 315.68 g; suma cukrów prostych: 72.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.44 g; Błonnik pokarmowy: 36.51 g; Sól: 8.91 g;		
niedziela 2024-03-03		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
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</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, RZODKIEWKA 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</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>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ, KUK Z OLEJ* 100g, MARCHEW GOTOWANA * 100g (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 80g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), POMIDOR * 80g, HERBATA ZC* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), Posiłek nocny: MIÓD JEDN 25g/op. 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2321.75 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9755.41 kJ; Białko ogółem: 123.71 g; Tłuszcz: 75.79 g; Węglowodany ogółem: 302.48 g; suma cukrów prostych: 54.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.18 g; Błonnik pokarmowy: 33.40 g; Sól: 7.62 g;		
niedziela 2024-03-03		
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, RZODKIEWKA 20g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt,	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, MARCH, JABŁ, KUK ZOLEJ* 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% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SCHAB GOT B/SOLI * 60g, POMIDOR * 80g, HERBATA ZC* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2356.89 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9899.44 kJ; Białko ogółem: 126.93 g; Tłuszcz: 77.01 g; Węglowodany ogółem: 307.66 g; suma cukrów prostych: 67.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.43 g; Błonnik pokarmowy: 36.37 g; Sól: 8.76 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-03		
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, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 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, SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 20g (<i>MLE</i>), HERBATA Z/C* 250ml, POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2675.87 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11240.56 kJ; Białko ogółem: 133.06 g; Tłuszcz: 94.02 g; Węglowodany ogółem: 337.53 g; suma cukrów prostych: 77.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.45 g; Błonnik pokarmowy: 26.88 g; Sól: 7.76 g;		
niedziela 2024-03-03		
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</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, RZODKIEWKA 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), II Śniadanie: 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, MARCH, JABŁ, KUK ZOLEJ* 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, Podwieczorek: KIWI 150g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), POMIDOR* 80g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWY, 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]: 2520.71 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10588.93 kJ; Białko ogółem: 132.00 g; Tłuszcz: 81.94 g; Węglowodany ogółem: 333.14 g; suma cukrów prostych: 66.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.01 g; Błonnik pokarmowy: 39.17 g; Sól: 10.12 g;		
niedziela 2024-03-03		
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</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SCHAB GOTB/ SOLI* 30g, SAŁATA MASŁOWA 10g, RZODKIEWKA 20g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	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, MARCH, JABŁ, KUK ZOLEJ* 100g, Podwieczorek: KIWI 150g,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 80g (<i>SEL, GOR</i>), POMIDOR* 80g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: CHLEB RAZOWY* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 30g (<i>MLE, GOR</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2514.92 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10465.05 kJ; Białko ogółem: 133.63 g; Tłuszcz: 86.46 g; Węglowodany ogółem: 319.23 g; suma cukrów prostych: 63.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.71 g; Błonnik pokarmowy: 37.72 g; Sól: 5.66 g;		
niedziela 2024-03-03		
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</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, RZODKIEWKA 20g, TWAROŻEK* 50g (<i>MLE</i>), HERBATA B/CUKRU* 250ml, WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 200ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g, 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, MARCH, JABŁ, KUK ZOLEJ* 100g, Podwieczorek: KIWI 150g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 20g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (<i>MLE</i>), POMIDOR* 80g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWY, 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]: 1835.33 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7702.38 kJ; Białko ogółem: 104.35 g; Tłuszcz: 65.19 g; Węglowodany ogółem: 221.80 g; suma cukrów prostych: 51.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.77 g; Błonnik pokarmowy: 28.51 g; Sól: 6.51 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-03 Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW 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), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, RZODKIEWKA 20g, POWIDŁA JABŁKOWE* 40g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 150ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g, 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, MARCH, JABŁ, KUK ZOLEJ* 100g, Podwieczorek: KIWI 150g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 20g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), POMIDOR* 80g, HERBATA 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]: 1673.99 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7016.13 kJ; Białko ogółem: 87.80 g; Tłuszcz: 63.50 g; Węglowodany ogółem: 202.00 g; suma cukrów prostych: 46.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.04 g; Błonnik pokarmowy: 29.16 g; Sól: 6.05 g;		
niedziela 2024-03-03 Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW 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), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, RZODKIEWKA 20g, POWIDŁA JABŁKOWE* 40g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, 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, MARCH, JABŁ, KUK ZOLEJ* 100g, Podwieczorek: KIWI 150g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (MLE, GOR, SO2), POMIDOR* 80g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 80g (SEL, GOR), 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]: 2426.56 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10185.99 kJ; Białko ogółem: 119.39 g; Tłuszcz: 81.20 g; Węglowodany ogółem: 324.69 g; suma cukrów prostych: 54.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.05 g; Błonnik pokarmowy: 41.03 g; Sól: 8.58 g;		
niedziela 2024-03-03 Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW 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), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, JABŁKO PIECZONE* 150g, TWAROŻEK* 70g (MLE), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, II Śniadanie: CHRUPKI KUKURYDZIANE* 15g,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, 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), Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), HERBATA 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]: 2517.87 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10582.96 kJ; Białko ogółem: 136.98 g; Tłuszcz: 76.60 g; Węglowodany ogółem: 336.38 g; suma cukrów prostych: 65.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.58 g; Błonnik pokarmowy: 32.92 g; Sól: 8.96 g;		
niedziela 2024-03-03 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, RZODKIEWKA 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, TWAROŻEK* 70g (MLE), WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL),	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, 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, MARCH, JABŁ, KUK ZOLEJ* 100g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), POMIDOR* 80g, HERBATA ZC* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (MLE, GOR, SO2), Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), MIÓD JEDN 25g/op. 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2405.11 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10112.68 kJ; Białko ogółem: 124.57 g; Tłuszcz: 78.78 g; Węglowodany ogółem: 313.74 g; suma cukrów prostych: 56.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.50 g; Błonnik pokarmowy: 28.94 g; Sól: 7.51 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-03		
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, RZODKIEWKA 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, 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, MARCH, JABŁ, KUK ZOLEJ* 100g,	CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (MLE, GOR, SO2), SCHAB GOTB/SOLI * 60g, POMIDOR * 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA Z/C* 250ml, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2375.29 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9981.04 kJ; Białko ogółem: 125.89 g; Tłuszcz: 76.85 g; Węglowodany ogółem: 312.54 g; suma cukrów prostych: 68.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.40 g; Błonnik pokarmowy: 33.89 g; Sól: 8.76 g;		
niedziela 2024-03-03		
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, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, 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),	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (MLE, GOR, SO2), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA Z/C* 250ml, Posiłek nocny: MIÓD JEDN 25g/op. 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2433.77 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10235.46 kJ; Białko ogółem: 126.43 g; Tłuszcz: 74.27 g; Węglowodany ogółem: 328.06 g; suma cukrów prostych: 70.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.37 g; Błonnik pokarmowy: 26.88 g; Sól: 7.54 g;		
niedziela 2024-03-03		
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, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, 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),	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), HERBATA Z/C* 250ml, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), MIÓD JEDN 25g/op. 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2266.67 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9547.26 kJ; Białko ogółem: 122.93 g; Tłuszcz: 57.46 g; Węglowodany ogółem: 327.63 g; suma cukrów prostych: 70.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.52 g; Błonnik pokarmowy: 26.88 g; Sól: 7.03 g;		
niedziela 2024-03-03		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻÓŁ		
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), JABŁKO PIECZONE* 150g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, MIÓD 50g, II Śniadanie: KISIEL* 150ml,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, 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), Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 80g (SEL, GOR), HERBATA Z/C* 250ml, BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, Posiłek nocny: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g, BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2526.69 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10643.82 kJ; Białko ogółem: 111.87 g; Tłuszcz: 66.14 g; Węglowodany ogółem: 386.86 g; suma cukrów prostych: 101.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.55 g; Błonnik pokarmowy: 31.61 g; Sól: 4.85 g;		
niedziela 2024-03-03		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
PŁATKI 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), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, TWAROŻEK* 70g (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, RZODKIEWKA 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), II Śniadanie: BUDYŃ* 150ml (MLE),	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, 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, MARCH, JABŁ, KUK ZOLEJ* 100g, Podwieczorek: KIWI 150g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (MLE, GOR, SO2), POMIDOR * 80g, HERBATA Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: MIÓD JEDN 25g/op. 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2582.24 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10857.47 kJ; Białko ogółem: 130.26 g; Tłuszcz: 80.22 g; Węglowodany ogółem: 351.08 g; suma cukrów prostych: 79.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.82 g; Błonnik pokarmowy: 33.32 g; Sól: 7.76 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-03		
Dieta: DZIECIĘCA 1-3		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 150ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 30g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, RZODKIEWKA 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, TWAROŻEK* 50g (<i>MLE</i>), WARZYWA GOT* 50g (<i>SEL</i>), II Śniadanie: KISIEL Z TARTYM JABŁKIEM Z CUKR* 150ml,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 200ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g, 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/CIUKRU* 250ml, SZPINAK GOTOWANY* 70g (<i>GLU</i>), Podwieczorek: KIWI 150g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), POMIDOR* 50g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 30g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), Posiłek nocny: MIÓD JEDN 25g/op. 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1183.42 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 4984.37 kJ; Białko ogółem: 55.32 g; Tłuszcz: 27.89 g; Węglowodany ogółem: 188.03 g; suma cukrów prostych: 49.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.80 g; Błonnik pokarmowy: 20.99 g; Sól: 3.40 g;		
niedziela 2024-03-03		
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 PSZENNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, RZODKIEWKA 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, TWAROŻEK* 50g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), II Śniadanie: 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/CIUKRU* 250ml, SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ, KUK ZOLEJ* 100g, Podwieczorek: KIWI 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>), POMIDOR * 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA Z/C* 250ml, Posiłek nocny: MIÓD JEDN 25g/op. 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1902.21 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7990.61 kJ; Białko ogółem: 104.23 g; Tłuszcz: 62.29 g; Węglowodany ogółem: 243.91 g; suma cukrów prostych: 62.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.63 g; Błonnik pokarmowy: 26.59 g; Sól: 5.91 g;		
niedziela 2024-03-03		
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, RZODKIEWKA 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), II Śniadanie: KISIEL Z TARTYM JABŁKIEM Z CUKR* 150ml,	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, MARCH, JABŁ, KUK ZOLEJ* 100g, Podwieczorek: KIWI 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>), POMIDOR * 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA Z/C* 250ml, Posiłek nocny: MIÓD JEDN 25g/op. 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2543.96 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10695.63 kJ; Białko ogółem: 126.10 g; Tłuszcz: 80.00 g; Węglowodany ogółem: 345.90 g; suma cukrów prostych: 79.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.72 g; Błonnik pokarmowy: 32.79 g; Sól: 7.48 g;		
niedziela 2024-03-03		
Dieta: DZIECIĘCA POOPERACYJNA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 200ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<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 Z/C* 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, II Śniadanie: BISZKOPTY B/C* 20g (<i>GLU, JAJ, ORZ</i>),	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 200ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, 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/CIUKRU* 250ml, SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU</i>), Podwieczorek: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), HERBATA Z/C* 250ml, POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, Posiłek nocny: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>), CHRUPKI KUKURYDZIANE * 10g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2311.95 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9727.32 kJ; Białko ogółem: 117.87 g; Tłuszcz: 67.98 g; Węglowodany ogółem: 319.70 g; suma cukrów prostych: 88.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.28 g; Błonnik pokarmowy: 25.41 g; Sól: 8.12 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-03		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
RYŻNA MLEKU* 350ml (MLE), PIECZYWO B/GLUTENOWE* 100g (ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, TWARÓŻEK* 70g (MLE), RZODKIEWKA 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), II Śniadanie: KISIEL* 150ml,	ROSÓŁ Z MAKARONEM BEZGLUTEN* 400ml (JAJ, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDKO GOTOWANE* 160g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), MARCHEW GOTOWANA * 150g (MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ, KUK ZOLEJ* 100g, Podwieczorek: KIWI 150g,	PIECZYWO B/GLUTENOWE* 120g (ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (MLE, GOR, SO2), POMIDOR * 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA Z/C* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), MIÓD JEDN 25g/op. 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2413.86 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10123.03 kJ; Białko ogółem: 107.74 g; Tłuszcz: 81.94 g; Węglowodany ogółem: 320.77 g; suma cukrów prostych: 84.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.58 g; Błonnik pokarmowy: 31.03 g; Sól: 6.90 g;		
niedziela 2024-03-03		
Dieta: PAKOWATA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA MIELONA* 50g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, JABŁKO PIECZONE* 150g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, TWARÓŻEK* 70g (MLE), II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ROSÓŁ Z MAKARONEM MIX* 400ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, 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/CIUKRU* 250ml, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), Podwieczorek: KIWI*/ 1szt,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 70g (MLE, GOR, SO2), HERBATA Z/C* 250ml, ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2271.77 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9558.03 kJ; Białko ogółem: 120.40 g; Tłuszcz: 59.21 g; Węglowodany ogółem: 331.85 g; suma cukrów prostych: 108.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.18 g; Błonnik pokarmowy: 36.09 g; Sól: 8.11 g;		
niedziela 2024-03-03		
Dieta: PAKOWATA CIUKRZYCOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA MIELONA* 50g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, TWARÓŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (MLE), JABŁKO PIECZONE* 150g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ROSÓŁ Z MAKARONEM MIX* 400ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), Podwieczorek: KIWI*/ 1szt,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 70g (MLE, GOR, SO2), ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2234.32 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9398.58 kJ; Białko ogółem: 120.62 g; Tłuszcz: 59.23 g; Węglowodany ogółem: 322.32 g; suma cukrów prostych: 98.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.18 g; Błonnik pokarmowy: 36.30 g; Sól: 8.12 g;		
niedziela 2024-03-03		
Dieta: PAKOWATA BEZ MLEKA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZ MIX* 400ml (GLU, MLE, SEL), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, JABŁKO PIECZONE* 150g, SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA MIELONA* 50g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, PASTA JAJECZNA* 60g (JAJ, MLE), II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ROSÓŁ Z MAKARONEM MIX* 400ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, 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/CIUKRU* 250ml, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), Podwieczorek: KIWI*/ 1szt,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 70g (MLE, GOR, SO2), HERBATA Z/C* 250ml, ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, Posiłek nocny: KISIEL B/C* 150ml, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2051.24 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8618.95 kJ; Białko ogółem: 100.56 g; Tłuszcz: 56.27 g; Węglowodany ogółem: 303.99 g; suma cukrów prostych: 81.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.23 g; Błonnik pokarmowy: 38.20 g; Sól: 7.82 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-03		
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 Z/C* 250ml , Posiłek nocny: PŁYNNYM PN* 250ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2229.53 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9369.49 kJ; Białko ogółem: 101.77 g; Tłuszcz: 73.81 g; Węglowodany ogółem: 301.34 g; suma cukrów prostych: 65.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.57 g; Błonnik pokarmowy: 32.35 g; Sól: 2.91 g;		
niedziela 2024-03-03		
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), HERBATA Z/C* 250ml , Posiłek nocny: SONDA PN* 250ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2402.39 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10080.93 kJ; Białko ogółem: 112.73 g; Tłuszcz: 89.89 g; Węglowodany ogółem: 295.36 g; suma cukrów prostych: 74.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.82 g; Błonnik pokarmowy: 31.65 g; Sól: 2.48 g;		
niedziela 2024-03-03		
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), HERBATA Z/C* 250ml , Posiłek nocny: SONDA B/ML PN* 250ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2398.69 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10072.35 kJ; Białko ogółem: 104.01 g; Tłuszcz: 75.70 g; Węglowodany ogółem: 342.55 g; suma cukrów prostych: 72.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.62 g; Błonnik pokarmowy: 47.06 g; Sól: 4.86 g;		
niedziela 2024-03-03		
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 Z/C* 250ml , Posiłek nocny: KLEIK ZKASZY MANNY* 200g (GLU), SUCHARY 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 844.83 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 3575.81 kJ; Białko ogółem: 24.41 g; Tłuszcz: 9.54 g; Węglowodany ogółem: 165.00 g; suma cukrów prostych: 15.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.12 g; Błonnik pokarmowy: 18.99 g; Sól: 1.19 g;		
niedziela 2024-03-03		
Dieta: WEGETARIAŃSKA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIM* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , RZODKIEWKA 20g , SAŁATA MASŁOWA 10g , TWAROŻEK 110G Z NATKĄ PIETR 5G* 115g (MLE), WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	ROSÓŁ WEGE Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , GULASZ Z KOSTKI SOJOWEJ Z WARZYWAMI* 180g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml , SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH. JABŁ. KUK Z OLEJ* 100g , Podwieczorek: KIWI 150g ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIM* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), POMIDOR * 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , PASTA JAJECZNA Z NATKĄ* 80g (JAJ, MLE), HERBATA Z/C* 250ml , Posiłek nocny: MIÓD JEDN 25g/op. 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2183.19 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9177.13 kJ; Białko ogółem: 79.91 g; Tłuszcz: 65.88 g; Węglowodany ogółem: 334.94 g; suma cukrów prostych: 66.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.71 g; Błonnik pokarmowy: 36.17 g; Sól: 4.60 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-03		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, RZODKIEWKA 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, TWAROŻEK* 70g (MLE), II Śniadanie: BROKUŁY GOTOWANE * 150g,	ROSÓŁ Z MAKARONEM PEŁNOZIARNISTYM* 400ml (GLU, JAJ, SOJ, SEL), RYŻ BRĄZOWY NA SYPKO* 150g, UDKO GOTOWANE* 160g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (GLU, MLE), KOMPOTZ CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ, KUK Z OLEJ* 100g, Podwieczorek: KIWI 150g,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), SURÓWKA WARZYWNA Z OGÓRKIEM KISZ Z OLEJEM* 130g (SEL), HERBATA Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA* 5g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (MLE, GOR, SOJ), Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), JABŁKO 150g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2499.13 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10501.47 kJ; Białko ogółem: 135.02 g; Tłuszcz: 79.62 g; Węglowodany ogółem: 332.64 g; suma cukrów prostych: 81.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.75 g; Błonnik pokarmowy: 51.80 g; Sól: 7.75 g;		

Dietetyk

.....