

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-03-31</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g , SER ŻÓŁTY 20g ( <i>MLE</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , POMIDOR 60g , SAŁATA LODOWA* 20g , SERNIK* 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ),	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z JAJKIEM I KIEŁBASA* 400ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , SCHAB GOTOWANY* 80g , SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY Z POMARAŃCZĄ Z OL* 100g , KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , KIWI*/ 1szt,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA GOT W SIATCE* 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), SAŁATKA JARZYNOWA ZV* 120g ( <i>JAJ, MLE, SEL, GOR</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ ZC * 250ml , KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2824.14 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11861.77 kJ; Białko ogółem: 133.97 g; Tłuszcz: 105.45 g; Węglowodany ogółem: 350.38 g; suma cukrów prostych: 104.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.37 g; Błonnik pokarmowy: 32.94 g; Sól: 12.07 g;		
<b>niedziela 2024-03-31</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA BEZ MLEKA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA WYWARZE* 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, GLU PSZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), SAŁATA LODOWA* 20g , FILET Z KURCZAKA GOT./B SOLI* 60g ,	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z JAJKIEM I KIEŁB B/ML* 400ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , SCHAB GOTOWANY* 80g , SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY Z POMARAŃCZĄ Z OL* 100g , KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , KIWI*/ 1szt,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA GOT W SIATCE* 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), SAŁATKA JARZYNOWA B/ MLEKA* 120g ( <i>JAJ, SEL</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ ZC * 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2592.46 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10893.46 kJ; Białko ogółem: 126.26 g; Tłuszcz: 85.12 g; Węglowodany ogółem: 347.12 g; suma cukrów prostych: 64.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.11 g; Błonnik pokarmowy: 36.30 g; Sól: 11.20 g;		
<b>niedziela 2024-03-31</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), CHLEB GRAHAM* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g , SAŁATA MASŁOWA 10g , TWAROŻEK* 70g ( <i>MLE</i> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , SAŁATA LODOWA* 20g , POMIDOR 60g , SERNIK* 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ),	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z JAJKIEM* 400ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , SCHAB GOTOWANY* 80g , SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SURÓWKA ZKAP PEK ,POMAR,JABLK, KUK Z JOG* 100g ( <i>MLE</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , KIWI*/ 1szt , BUŁKA PSZENNA KROJ* 40g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), CHLEB GRAHAM* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g ( <i>MLE</i> ), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g ( <i>JAJ, MLE, SEL</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , SZYNKA GOT W SIATCE* 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ ZC * 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2598.02 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10921.73 kJ; Białko ogółem: 131.50 g; Tłuszcz: 85.60 g; Węglowodany ogółem: 340.18 g; suma cukrów prostych: 95.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.78 g; Błonnik pokarmowy: 31.95 g; Sól: 10.62 g;		
<b>niedziela 2024-03-31</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTR. BEZ MLEKA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA WYWARZE* 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> ), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , FILET Z KURCZAKA GOT./B SOLI* 60g , POMIDOR 60g , CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), SAŁATA LODOWA* 20g ,	ZUPA BARSZCZ BIAŁY B/MLEKA Z JAJKIEM* 400ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE ZKOPERKIEM* 150g , SCHAB GOTOWANY* 80g , SURÓWKA ZKAP PEK ,POMAR,JABLK,KUK Z OL* 100g , KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KIWI*/ 1szt, BUŁKA PSZENNA KROJ* 40g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA GOT W SIATCE* 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), SAŁATKA JARZYNOWA B/ MLEKA* 120g ( <i>JAJ, SEL</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ ZC * 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , CHLEB GRAHAM* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i> ), <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ), SOK POMIDOROWY* 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2483.82 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10422.03 kJ; Białko ogółem: 119.05 g; Tłuszcz: 90.83 g; Węglowodany ogółem: 313.26 g; suma cukrów prostych: 61.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.78 g; Błonnik pokarmowy: 34.67 g; Sól: 9.92 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-03-31</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTR. POŁOŻNICZA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 20g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, JABŁKO PRAŻONE* 60g, TWARÓŻEK* 70g ( <i>MLE</i> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, MARCHEWKARB GOT Z ZIOL* 60g, <b>II Śniadanie:</b> SERNIK* 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ),	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM* 400ml ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, SCHAB GOTOWANY* 80g, SZPINAK GOTOWANY* 100g ( <i>GLU</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g,	BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 120g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 20g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA GOT W SIATCE* 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), HERBATA Z/C* 250ml, SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g ( <i>JAJ, MLE, SEL</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]: 2719.62 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11436.53 kJ; Białko ogółem: 126.57 g; Tłuszcz: 91.51 g; Węglowodany ogółem: 360.69 g; suma cukrów prostych: 108.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.25 g; Błonnik pokarmowy: 27.66 g; Sól: 8.43 g;		
<b>niedziela 2024-03-31</b>		
<b>Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, TWARÓŻEK* 70g ( <i>MLE</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, POMIDOR 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, <b>II Śniadanie:</b> CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ),	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z JAJKIEM* 400ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, SCHAB GOTOWANY* 80g, SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SURÓWKA Z KAP PEK, POMAR, JABŁK, KUK Z JOG* 100g ( <i>MLE</i> ), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, KIWI* 1szt, <b>Podwieczorek:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),	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% 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA GOT W SIATCE* 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g ( <i>JAJ, MLE, SEL</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ), SOK POMIDOROWY* 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2392.04 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10058.49 kJ; Białko ogółem: 124.21 g; Tłuszcz: 73.52 g; Węglowodany ogółem: 323.30 g; suma cukrów prostych: 72.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.66 g; Błonnik pokarmowy: 32.42 g; Sól: 11.17 g;		
<b>niedziela 2024-03-31</b>		
<b>Dieta: Z OGR.Ł/PRZYSW.WĘGL.B/S</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), FILETZ KURCZAKA GOT./B.SOLI* 30g, TWARÓŻEK* 70g ( <i>MLE</i> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, <b>II Śniadanie:</b> CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ),	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z JAJKIEM* 400ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, SCHAB GOTOWANY* 80g, SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SURÓWKA Z KAP PEK, POMAR, JABŁK, KUK Z JOG* 100g ( <i>MLE</i> ), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), KIWI* 1szt, <b>Podwieczorek:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),	SAŁATKA JARZYNOWA B/ SOLI* 120g ( <i>JAJ, MLE, SEL</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, 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% 15g ( <i>MLE</i> ), SCHAB GOT B/SOLI* 70g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ), SOK POMIDOROWY* 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2418.30 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10171.57 kJ; Białko ogółem: 141.58 g; Tłuszcz: 74.31 g; Węglowodany ogółem: 311.61 g; suma cukrów prostych: 71.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.51 g; Błonnik pokarmowy: 32.33 g; Sól: 7.11 g;		
<b>niedziela 2024-03-31</b>		
<b>Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL. 1500</b>		
PŁATKI OWSIANE 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> ), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, TWARÓŻEK* 50g ( <i>MLE</i> ), POMIDOR 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, <b>II Śniadanie:</b> CIASTO DROŻDŻOWE* 40g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ),	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z JAJKIEM* 200ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g ( <i>MLE</i> ), SCHAB GOTOWANY* 80g, SURÓWKA Z KAP PEK, POMAR, JABŁK, KUK Z JOG* 100g ( <i>MLE</i> ), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), KIWI* 1szt, <b>Podwieczorek:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), CHLEB RAZOWY* 30g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA GOT W SIATCE* 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 100g ( <i>JAJ, MLE, SEL</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1623.42 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6821.26 kJ; Białko ogółem: 94.34 g; Tłuszcz: 53.67 g; Węglowodany ogółem: 200.25 g; suma cukrów prostych: 50.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.56 g; Błonnik pokarmowy: 20.96 g; Sól: 7.72 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-03-31</b> <b>Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL1500B/ML</b>		
PLĄTKI OWSIANE NA WYWARZE JARZ* 200ml (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), SAŁATA MASŁOWA 10g, FILET Z KURCZAKA GOT./B SOLI* 60g, SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, POMIDOR 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, <b>II Śniadanie:</b> CIASTO DROŻDŻOWE*/ 40g (GLU, JAJ, MLE),	ZUPA BARSZCZBIAŁY B/MLEKA Z JAJKIEM* 200ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (MLE), SCHAB GOTOWANY* 80g, SURÓWKA Z KAP PEK, POMAR, JABŁ, KUK Z OL* 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), KIWIA*/ 1szt, <b>Podwieczorek:</b> KISIEL B/C* 150ml,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (MLE), SZYNKA GOT W SIATCE* 70g (MLE, GOR, SO2), SAŁATKA JARZYNOWA B/ MLEKA* 100g (JAJ, SEL), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1785.08 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7487.70 kJ; Białko ogółem: 97.91 g; Tłuszcz: 65.35 g; Węglowodany ogółem: 212.21 g; suma cukrów prostych: 37.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.59 g; Błonnik pokarmowy: 24.34 g; Sól: 7.44 g;		
<b>niedziela 2024-03-31</b> <b>Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL. B/ML</b>		
PLĄTKI OWSIANE NA WYWARZE* 350ml (GLU, MLE, SEL), 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% 15g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, FILET Z KURCZAKA GOT./B. SOLI* 30g, SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, POMIDOR 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, <b>II Śniadanie:</b> CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (GLU, JAJ, MLE),	ZUPA BARSZCZBIAŁY B/MLEKA Z JAJKIEM* 400ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, SCHAB GOTOWANY* 80g, SURÓWKA Z KAP PEK, POMAR, JABŁ, KUK Z OL* 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), KIWIA*/ 1szt, <b>Podwieczorek:</b> KISIEL B/C* 150ml,	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), SZYNKA GOT W SIATCE* 70g (MLE, GOR, SO2), SAŁATKA JARZYNOWA B/ MLEKA* 120g (JAJ, SEL), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2266.19 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9504.89 kJ; Białko ogółem: 104.48 g; Tłuszcz: 84.08 g; Węglowodany ogółem: 287.37 g; suma cukrów prostych: 43.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.98 g; Błonnik pokarmowy: 31.56 g; Sól: 8.56 g;		
<b>niedziela 2024-03-31</b> <b>Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGLNISKOTŁ</b>		
PLĄTKI OWSIANE 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), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, TWAROŻEK* 70g (MLE), POWIDŁA JABŁKOWE* 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, MARCHEW KARB GOT Z ZIOL* 60g, <b>II Śniadanie:</b> CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (GLU, JAJ, MLE),	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, SCHAB GOTOWANY* 80g, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, KIWIA*/ 1szt, <b>Podwieczorek:</b> KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (MLE), SZYNKA GOT W SIATCE* 70g (MLE, GOR, SO2), SAŁATKA JARZYNOWA 3skł.* 80g (MLE, SEL), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2174.81 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9153.73 kJ; Białko ogółem: 112.51 g; Tłuszcz: 57.96 g; Węglowodany ogółem: 315.94 g; suma cukrów prostych: 72.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.13 g; Błonnik pokarmowy: 32.26 g; Sól: 8.56 g;		
<b>niedziela 2024-03-31</b> <b>Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ</b>		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, SAŁATA LODOWA* 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, TWAROŻEK* 70g (MLE), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, POMIDOR 60g, SERNIK* 100g (GLU, JAJ, MLE),	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, SCHAB GOTOWANY* 80g, SURÓWKA Z KAP PEK, POMAR, JABŁK, KUK Z JOG* 100g (MLE), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CIUK* 250ml, KIWIA*/ 1szt,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (JAJ, MLE, SEL), SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA GOT W SIATCE* 70g (MLE, GOR, SO2), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2533.90 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10661.62 kJ; Białko ogółem: 122.61 g; Tłuszcz: 77.50 g; Węglowodany ogółem: 350.83 g; suma cukrów prostych: 97.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.44 g; Błonnik pokarmowy: 30.80 g; Sól: 9.38 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-03-31</b>		
<b>Dieta: O KONT.ZAW.KW.TŁ B/M</b>		
PŁATKI OWSIANE NA WYWARZE* 350ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, FILET Z KURCZAKA GOT/B SOLI* 60g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, POMIDOR 60g, CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), SAŁATA LODOWA* 20g,	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM B/MLEKA* 400ml ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, SCHAB GOTOWANY* 80g, SURÓWKA Z KAP PEK, POMARZAN, JABŁKO, KUK Z OL* 100g, SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, KIWI*/ 1szt	CHLEB RAZOWY * 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA GOT W SIATCE* 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), SAŁATKA JARZYNOWA B/MLEKA* 120g ( <i>JAJ, SEL</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ ZC * 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2406.28 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10106.95 kJ; Białko ogółem: 109.87 g; Tłuszcz: 80.76 g; Węglowodany ogółem: 325.27 g; suma cukrów prostych: 62.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.25 g; Błonnik pokarmowy: 33.59 g; Sól: 9.15 g;		
<b>niedziela 2024-03-31</b>		
<b>Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.</b>		
PŁATKI 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 WP. Z KOTŁA* 50g, TWAROŻEK* 70g ( <i>MLE</i> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, JABŁKO PRAŻONE* 60g, CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOL* 60g,	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM* 400ml ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, SCHAB GOTOWANY* 80g, SZPINAK GOTOWANY* 100g ( <i>GLU</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g ( <i>MLE</i> ), SAŁATKA JARZYNOWA 3skł.* 80g ( <i>MLE, SEL</i> ), SZYNKA GOT W SIATCE* 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ ZC * 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]: 2345.39 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9877.17 kJ; Białko ogółem: 114.44 g; Tłuszcz: 64.28 g; Węglowodany ogółem: 340.68 g; suma cukrów prostych: 88.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.84 g; Błonnik pokarmowy: 28.21 g; Sól: 8.37 g;		
<b>niedziela 2024-03-31</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA BEZ TŁ</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, TWAROŻEK* 70g ( <i>MLE</i> ), JABŁKO PRAŻONE* 60g, CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOL* 60g,	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM* 400ml ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, SCHAB GOTOWANY* 80g, SZPINAK GOTOWANY* 100g ( <i>GLU</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), SAŁATKA JARZYNOWA 3skł.* 80g ( <i>MLE, SEL</i> ), SZYNKA GOT W SIATCE* 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ ZC * 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]: 2198.29 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9272.37 kJ; Białko ogółem: 114.34 g; Tłuszcz: 48.03 g; Węglowodany ogółem: 340.57 g; suma cukrów prostych: 88.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.25 g; Błonnik pokarmowy: 28.21 g; Sól: 8.34 g;		
<b>niedziela 2024-03-31</b>		
<b>Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ZOŁ</b>		
PŁATKI 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> ), FILET Z KURCZAKA GOT/B.SOLI* 30g, TWAROŻEK* 70g ( <i>MLE</i> ), JABŁKO PRAŻONE* 60g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, MARCHEW KARB GOT Z ZIOL* 60g, <b>II Śniadanie:</b> CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ),	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM* 400ml ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), SZPINAK GOTOWANY* 100g ( <i>GLU</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), JABŁKO PIECZONE* 150g, <b>Podwieczorek:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g ( <i>MLE</i> ), SAŁATKA JARZYNOWA 3skł.* 80g ( <i>MLE, SEL</i> ), SCHAB GOT B/SOLI * 70g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ ZC * 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> MIÓD JEDN 25g/op. 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2354.70 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9922.69 kJ; Białko ogółem: 125.66 g; Tłuszcz: 59.40 g; Węglowodany ogółem: 343.39 g; suma cukrów prostych: 87.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.36 g; Błonnik pokarmowy: 27.89 g; Sól: 4.15 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-03-31</b>		
<b>Dieta: BOGATOBIAŁKOWA</b>		
PLĄTKI OWSIANE 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> ), TWAROŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, POMIDOR 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, <b>II Śniadanie:</b> SERNIK* 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z JAJKIEM* 400ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, SCHAB GOTOWANY* 80g, SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SURÓWKA Z KAP PEK ,POMAR, JABŁK, KUK Z JOG* 100g ( <b>MLE</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, BUŁKA PSZENNNA KROJ * 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), KIWI*/ 1szt, <b>Podwieczorek:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 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% 1 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA GOT W SIATCE* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ), SCHAB GOTB/SOLI* 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z C * 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2768.47 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11645.88 kJ; Białko ogółem: 158.61 g; Tłuszcz: 89.79 g; Węglowodany ogółem: 345.76 g; suma cukrów prostych: 103.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.75 g; Błonnik pokarmowy: 30.49 g; Sól: 11.19 g;		
<b>niedziela 2024-03-31</b>		
<b>Dieta: DZIECIĘCA 1-3</b>		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 200ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ * 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 30g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, TWAROŻEK* 50g ( <b>MLE</b> ), POMIDOR* 50g, MARCHEWKARBOWANA Z ZIOŁAMI* 50g, <b>II Śniadanie:</b> CIASTO DROŻDŻOWE*/ 40g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z JAJKIEM* 150ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g ( <b>MLE</b> ), PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SZPINAK GOTOWANY* 80g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, KIWI*/ 1szt, BUŁKA PSZENNNA KROJ * 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), <b>Podwieczorek:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	BUŁKA PSZENNNA KROJ * 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), SAŁATKA JARZYNOWA* 50g ( <b>MLE, SEL</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA GOT W SIATCE* 30g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ), SOK JABŁKOWY* 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1368.11 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 5760.76 kJ; Białko ogółem: 65.91 g; Tłuszcz: 37.65 g; Węglowodany ogółem: 199.86 g; suma cukrów prostych: 67.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.43 g; Błonnik pokarmowy: 18.29 g; Sól: 4.82 g;		
<b>niedziela 2024-03-31</b>		
<b>Dieta: DZIECIĘCA 4-9</b>		
PLĄTKI OWSIANE 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> ), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, TWAROŻEK* 50g ( <b>MLE</b> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, <b>II Śniadanie:</b> SERNIK* 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z JAJKIEM* 200ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g, SCHAB GOTOWANY* 80g, SURÓWKA Z KAP PEK ,POMAR, JABŁK, KUK Z JOG* 100g ( <b>MLE</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, BUŁKA PSZENNNA KROJ * 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), KIWI*/ 1szt, <b>Podwieczorek:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</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> ), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 100g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA GOT W SIATCE* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> SOK JABŁKOWY* 200ml, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1956.73 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8241.46 kJ; Białko ogółem: 104.37 g; Tłuszcz: 56.18 g; Węglowodany ogółem: 267.78 g; suma cukrów prostych: 105.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.28 g; Błonnik pokarmowy: 20.35 g; Sól: 7.04 g;		
<b>niedziela 2024-03-31</b>		
<b>Dieta: DZIECIĘCA 10-18</b>		
PLĄTKI OWSIANE 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> ), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, TWAROŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, POMIDOR 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, <b>II Śniadanie:</b> SERNIK* 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z JAJKIEM* 400ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, SCHAB GOTOWANY* 80g, SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SURÓWKA Z KAP PEK ,POMAR, JABŁK, KUK Z JOG* 100g ( <b>MLE</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, BUŁKA PSZENNNA KROJ* 40g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), KIWI*/ 1szt, <b>Podwieczorek:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA GOT W SIATCE* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ), SOK JABŁKOWY* 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2746.12 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11555.78 kJ; Białko ogółem: 134.02 g; Tłuszcz: 88.12 g; Węglowodany ogółem: 366.50 g; suma cukrów prostych: 119.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.62 g; Błonnik pokarmowy: 26.17 g; Sól: 9.59 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-03-31</b>		
<b>Dieta: DZIECIĘCA POOPERACYJNA</b>		
<p>PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 200ml ( <b>GLU, MLE</b> ),            BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ),            SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, TWAROŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), JABŁKO PRAŻONE* 60g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml,            MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g,  <b>II Śniadanie:</b>            CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),</p>	<p>ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM* 200ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SZPINAK GOTOWANY* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ),            JABŁKO PIECZONE* 150g,  <b>Podwieczorek:</b>            SEREK NATURALNY HOM* 1szt ( <b>MLE</b> ),</p>	<p>BUŁKA PSZENNNA KROJ* 120g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ),            SAŁATKA JARZYNOWA 3skt.* 80g ( <b>MLE, SEL</b> ),            HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C* 250ml,            SZYNKA GOT W SIATCE* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ),  <b>Posiłek nocny:</b>            KANAPKA Z BUŁKI 50g, M.EX Z SZYNKA Z INDYKA 20g* 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ),</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2407.32 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10127.84 kJ; Białko ogółem: 116.57 g; Tłuszcz: 71.16 g; Węglowodany ogółem: 337.85 g; suma cukrów prostych: 80.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.01 g; Błonnik pokarmowy: 26.74 g; Sól: 9.65 g;</p>		
<b>niedziela 2024-03-31</b>		
<b>Dieta: PAPKOWATA</b>		
<p>PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU MIX* 400ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, PASTA Z TWAROGU 100G Z NAT PIETR 5G 75g ( <b>MLE</b> ),            JABŁKO PRAŻONE* 60g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SZYNKA WP. Z KOTŁA MIELONA* 50g, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g,  <b>II Śniadanie:</b>            SERNIK* 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),</p>	<p>ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z JAJKIEM* 400ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ),            SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SZPINAK GOTOWANY* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, KIWI* 1szt,  <b>Podwieczorek:</b>            KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),</p>	<p>SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), PASTA DROBIOWO-WARZYNNA* 70g ( <b>SEL, GOR</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C* 250ml, ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ),  <b>Posiłek nocny:</b>            WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ), SOK POMIDOROWY* 1szt,</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2473.54 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10398.02 kJ; Białko ogółem: 137.61 g; Tłuszcz: 80.21 g; Węglowodany ogółem: 316.30 g; suma cukrów prostych: 115.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.99 g; Błonnik pokarmowy: 32.87 g; Sól: 7.62 g;</p>		
<b>niedziela 2024-03-31</b>		
<b>Dieta: PAPKOWATA CUKRZYCOWA</b>		
<p>PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU MIX* 400ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), PASTA Z TWAROGU 100G Z NAT PIETR 5G 75g ( <b>MLE</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, JABŁKO PRAŻONE* 60g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, SZYNKA WP. Z KOTŁA MIELONA* 50g,  <b>II Śniadanie:</b>            CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),</p>	<p>ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z JAJKIEM* 400ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ),            SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SZPINAK GOTOWANY* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, KIWI* 1szt,  <b>Podwieczorek:</b>            KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),</p>	<p>SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), PASTA DROBIOWO-WARZYNNA* 70g ( <b>SEL, GOR</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ),  <b>Posiłek nocny:</b>            WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ), SOK POMIDOROWY* 1szt,</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2243.16 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9427.38 kJ; Białko ogółem: 127.46 g; Tłuszcz: 70.81 g; Węglowodany ogółem: 289.98 g; suma cukrów prostych: 84.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.40 g; Błonnik pokarmowy: 33.12 g; Sól: 7.58 g;</p>		
<b>niedziela 2024-03-31</b>		
<b>Dieta: PAPKOWATA BEZ MLEKA</b>		
<p>PLĄTKI OWSIANE NA WYW JARZ MIX* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA WP. Z KOTŁA MIELONA* 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, JABŁKO PRAŻONE* 60g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY MIEL* 60g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</b> ),  <b>II Śniadanie:</b>            CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),</p>	<p>ZUPA BARSZCZ BIAŁY B/MLEKA Z JAJKIEM* 400ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SZPINAK GOTOWANY* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, KIWI* 1szt,  <b>Podwieczorek:</b>            GALARETKA OWOCOWA* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> ),</p>	<p>SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), PASTA DROBIOWO-WARZYNNA* 70g ( <b>SEL, GOR</b> ), ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C* 250ml,  <b>Posiłek nocny:</b>            SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2160.56 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9071.84 kJ; Białko ogółem: 115.33 g; Tłuszcz: 71.87 g; Węglowodany ogółem: 279.42 g; suma cukrów prostych: 71.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.00 g; Błonnik pokarmowy: 34.45 g; Sól: 6.53 g;</p>		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-03-31</b>		
<b>Dieta: PŁYNNA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU PŁYNNYM* 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , <b>II Śniadanie:</b> SEREK WANILIOWY HOM* 150ml ( <b>MLE</b> ),	PŁYNNA OB* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , KISIEL* 150ml , <b>Podwieczorek:</b> GALARETKA OWOCOWA PŁYNNYM* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> ),	PŁYNNYM KOL* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), TWAROŻEK MIX* 110g ( <b>MLE</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1919.57 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8065.44 kJ; Białko ogółem: 103.21 g; Tłuszcz: 66.19 g; Węglowodany ogółem: 237.93 g; suma cukrów prostych: 69.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.33 g; Błonnik pokarmowy: 27.34 g; Sól: 3.41 g;		
<b>niedziela 2024-03-31</b>		
<b>Dieta: SONDA</b>		
SONDA MLECZNA* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , <b>II Śniadanie:</b> SEREK WANILIOWY HOM* 150ml ( <b>MLE</b> ),	SONDA OB* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), KISIEL* 150ml, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> GALARETKA OWOCOWA PŁYNNYM* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</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> SOK POMIDOROWY* 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2160.59 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9068.77 kJ; Białko ogółem: 102.44 g; Tłuszcz: 77.78 g; Węglowodany ogółem: 272.45 g; suma cukrów prostych: 77.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.94 g; Błonnik pokarmowy: 30.07 g; Sól: 3.39 g;		
<b>niedziela 2024-03-31</b>		
<b>Dieta: SONDA BEZ MLEKA</b>		
SONDA B/ MLEKA ŚN* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), SOK WARZYWNO-OWOCOWY* 1szt , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , <b>II Śniadanie:</b> KISIEL SONDA* 150ml ,	SOK JABŁKOWY* 200ml , SONDA B/MLEKA OB* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> GALARETKA OWOCOWA PŁYNNYM* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> ),	SONDA B/ML KOL* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml ( <b>GLU</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2209.27 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9284.51 kJ; Białko ogółem: 89.03 g; Tłuszcz: 65.09 g; Węglowodany ogółem: 330.73 g; suma cukrów prostych: 98.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.58 g; Błonnik pokarmowy: 37.96 g; Sól: 3.20 g;		
<b>niedziela 2024-03-31</b>		
<b>Dieta: KLEIKOWA</b>		
KLEIK ZKASZY MANNY* 400g ( <b>GLU</b> ), SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml ,	KLEIK ZKASZY MANNY* 400g ( <b>GLU</b> ), SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), HERBATA Z/C* 250ml ,	KLEIK ZKASZY MANNY* 400g ( <b>GLU</b> ), SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), HERBATA Z/C* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 781.38 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 3306.34 kJ; Białko ogółem: 23.33 g; Tłuszcz: 9.38 g; Węglowodany ogółem: 150.43 g; suma cukrów prostych: 10.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.10 g; Błonnik pokarmowy: 18.68 g; Sól: 1.19 g;		

Dietetyk

.....