

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-06		
Dieta: PODSTAWOWA		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), RUKOLA* 20g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g ,	ZUPA PIECZARKOWA Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , GOŁĄBK I MIĘSA I RYŻU* 260g , SOS POMIDOROWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml , SURÓWKA Z BIAŁEJ RZODKWI, MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g , MANDARYNKA 100g , KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), ĆWIKŁA Z CHRZANEM* 70g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX. SAŁATA, SZYNKA, TOSTOWA 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2605.76 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10897.06 kJ; Białko ogółem: 100.96 g; Tłuszcz: 78.51 g; Węglowodany ogółem: 391.95 g; suma cukrów prostych: 99.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.05 g; Błonnik pokarmowy: 37.78 g; Sól: 9.53 g;		
środa 2024-03-06		
Dieta: PODSTAWOWA BEZ MLEKA		
MAKARON ŚWID NA WYWARZE JARZ* 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), RUKOLA* 20g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g , JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>),	ZUPA PIECZARKOWA Z ZIEMN B/ MLEKA* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , GOŁĄBK I MIĘSA I RYŻU* 260g , SOS POMIDOROWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MANDARYNKA 100g , WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml , SURÓWKA Z BIAŁEJ RZODKWI, MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g , KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), ĆWIKŁA Z CHRZANEM* 70g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX. SAŁATA, SZYNKA, TOSTOWA 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2380.73 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9942.11 kJ; Białko ogółem: 85.23 g; Tłuszcz: 73.63 g; Węglowodany ogółem: 363.02 g; suma cukrów prostych: 73.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.44 g; Błonnik pokarmowy: 39.52 g; Sól: 9.09 g;		
środa 2024-03-06		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, JAJ, 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>), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), RUKOLA* 20g , POMIDOR 60g ,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI * 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (<i>JAJ</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁKUK Z JOG/ 100g (<i>MLE</i>), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml , SOS POMIDOROWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g ,	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>), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX. SAŁATA, SZYNKA, TOSTOWA 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2245.86 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9383.22 kJ; Białko ogółem: 97.79 g; Tłuszcz: 65.58 g; Węglowodany ogółem: 330.32 g; suma cukrów prostych: 66.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.43 g; Błonnik pokarmowy: 30.20 g; Sól: 7.99 g;		
środa 2024-03-06		
Dieta: ŁATWOSTR. BEZ MLEKA		
MAKARON ŚWID NA WYWARZE JARZ* 350ml (<i>GLU, JAJ, 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>), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , RUKOLA* 20g , POMIDOR 60g , JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMN B/MLEKA* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (<i>JAJ</i>), SOS POMIDOROWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁKUK Z OLEJ* 100g , WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml , SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g ,	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>), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 20g (<i>MLE, GOR</i>), KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX. SAŁATA, SZYNKA, TOSTOWA 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2228.02 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9231.02 kJ; Białko ogółem: 89.73 g; Tłuszcz: 69.58 g; Węglowodany ogółem: 325.09 g; suma cukrów prostych: 51.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.90 g; Błonnik pokarmowy: 31.66 g; Sól: 7.95 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-06 Dieta: ŁATWOSTR. POŁOŻNICZA		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (GLU, JAJ, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 20g (MLE), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), POMIDOR B/SKÓRY 60g, HERBATA Z/C* 250ml, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (JAJ), SOS PIETRUSZKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, JABŁKO PIECZONE* 150g, KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 20g (MLE), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM ZC* 250ml, KANAPKA Z BUŁKI 50g, M.EX. SAŁATĄ, SZYNKĄ TOSTOWĄ 20G 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2451.69 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10246.50 kJ; Białko ogółem: 93.13 g; Tłuszcz: 78.09 g; Węglowodany ogółem: 356.42 g; suma cukrów prostych: 81.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.76 g; Błonnik pokarmowy: 25.94 g; Sól: 6.58 g;		
środa 2024-03-06 Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (GLU, JAJ, MLE), 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), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), RUKOLA* 20g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g, II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI * 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (JAJ), SOS POMIDOROWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z BIAŁEJ RZODKWI, MARCHWI I JABŁKA Z JOG*/ 100g (MLE), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: KEFIR 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% t 15g (MLE), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWY, M.EX. SAŁ, SZYNKĄ TOSTOWĄ 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2307.06 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9644.56 kJ; Białko ogółem: 103.13 g; Tłuszcz: 63.42 g; Węglowodany ogółem: 348.01 g; suma cukrów prostych: 75.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.97 g; Błonnik pokarmowy: 36.04 g; Sól: 11.50 g;		
środa 2024-03-06 Dieta: Z OGR.Ł/PRZYSW.WĘGL.B/S		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (GLU, JAJ, MLE), 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), SER BIAŁY KROJONY* 110g (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, RUKOLA* 20g, PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g, PASTA DROBNO-WARZYWNA* 60g (SEL, GOR), II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI B/SOLI* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, SURÓWKA Z BIAŁEJ RZODKWI, MARCHWI I JABŁKA Z JOG*/ 100g (MLE), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (JAJ), SOS POMIDOROWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), SCHAB GOT B/SOLI * 70g, BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SCHAB GOT B/SOLI * 20g, MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2453.54 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10325.95 kJ; Białko ogółem: 135.24 g; Tłuszcz: 70.26 g; Węglowodany ogółem: 337.58 g; suma cukrów prostych: 79.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.99 g; Błonnik pokarmowy: 35.68 g; Sól: 7.92 g;		
środa 2024-03-06 Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL. 1500		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 150ml (GLU, JAJ, MLE), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 40g (MLE, GOR, SO2), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, RUKOLA* 20g, PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAK* 200ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g, KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (JAJ), SURÓWKA Z BIAŁEJ RZODKWI, MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 20g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 5g (MLE), POŁĘDWICA DROB ANI 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWY, M.EX. SAŁ, SZYNKĄ TOSTOWĄ 10G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1580.25 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6611.57 kJ; Białko ogółem: 74.82 g; Tłuszcz: 46.53 g; Węglowodany ogółem: 227.85 g; suma cukrów prostych: 56.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.86 g; Błonnik pokarmowy: 26.42 g; Sól: 8.91 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-06 Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL1500B/ML		
MAKARON ŚWID NA WYWARZE JARZ* 200ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP*/ 40g (MLE, GOR, SO2), RUKOLA* 20g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g, II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMN B/MLEKA* 200ml (GLU, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (JAJ), WODA ŻRÓDLANA NIEGAZ500ml, SOS POMIDOROWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z BIAŁEJ RZODKWI, MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: JABŁKO 150g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ40G, M.EX, SAŁ, SZYNKĄ TOSTOWĄ 10 G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1815.73 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7592.76 kJ; Białko ogółem: 74.18 g; Tłuszcz: 54.11 g; Węglowodany ogółem: 273.22 g; suma cukrów prostych: 62.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.79 g; Błonnik pokarmowy: 32.94 g; Sól: 9.22 g;		
środa 2024-03-06 Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL. B/ML		
MAKARON ŚWID NA WYWARZE JARZ* 350ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), RUKOLA* 20g, PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMN B/MLEKA* 400ml (GLU, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (JAJ), SURÓWKA Z BIAŁEJ RZODKWI, MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g, WODA ŻRÓDLANA NIEGAZ500ml, SOS POMIDOROWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: JABŁKO 150g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G, M.EX, SAŁ, SZYNKĄ TOSTOWĄ 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2304.88 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9613.81 kJ; Białko ogółem: 86.72 g; Tłuszcz: 72.76 g; Węglowodany ogółem: 344.48 g; suma cukrów prostych: 67.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.94 g; Błonnik pokarmowy: 40.10 g; Sól: 10.79 g;		
środa 2024-03-06 Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGLNISKOTŁ		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (GLU, JAJ, MLE), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), POMIDOR B/SKÓRY 60g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g (SEL, GOR), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (JAJ), SOS PIETRUSZKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), WODA ŻRÓDLANA NIEGAZ 500ml, JABŁKO PIECZONE* 150g, KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POŁĘDWICA DROB ANI 70g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX, SZYNKĄ TOSTOWĄ 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2299.64 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9621.29 kJ; Białko ogółem: 99.93 g; Tłuszcz: 54.49 g; Węglowodany ogółem: 368.97 g; suma cukrów prostych: 79.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.80 g; Błonnik pokarmowy: 35.58 g; Sól: 9.81 g;		
środa 2024-03-06 Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (GLU, JAJ, MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ Z C* 250ml, RUKOLA* 20g, POMIDOR 60g, PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g (SEL, GOR),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI * 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (JAJ), SOS POMIDOROWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ, KUK Z JOG/ 100g (MLE), WODA ŻRÓDLANA NIEGAZ 500ml, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX, SAŁATĄ, SZYNKĄ TOSTOWĄ 20G 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2261.79 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9456.62 kJ; Białko ogółem: 95.91 g; Tłuszcz: 64.22 g; Węglowodany ogółem: 339.13 g; suma cukrów prostych: 68.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.22 g; Błonnik pokarmowy: 29.61 g; Sól: 7.94 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-06 Dieta: O KONT.ZAW.KW.TŁ B/M		
MAKARON ŚWID NA WYWARZE JARZ* 350ml (GLU, JAJ, 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), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), RUKOLA* 20g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, POMIDOR 60g, PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g (SEL, GOR),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml (GLU, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (JAJ), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABL, KUK Z OLEJ* 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, SOS POMIDOROWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g,	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 DROB ANI 70g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX. SAŁATA, SZYNKĄ, TOSTOWĄ 20G 1P or (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2189.79 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9142.92 kJ; Białko ogółem: 84.45 g; Tłuszcz: 67.59 g; Węglowodany ogółem: 325.40 g; suma cukrów prostych: 53.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.50 g; Błonnik pokarmowy: 30.74 g; Sól: 7.67 g;		
środa 2024-03-06 Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (GLU, JAJ, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), POMIDOR B/SKÓRY 60g, HERBATA Z/C* 250ml, PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g (SEL, GOR), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (JAJ), SOS PIETRUSZKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, BROKUŁY GOTOWANE B/ŁODYGI 100g, KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, POŁĘDWICA DROB ANI 70g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX. SAŁATA, SZYNKĄ, TOSTOWĄ 20G 1P or (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2242.97 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9386.89 kJ; Białko ogółem: 97.09 g; Tłuszcz: 58.69 g; Węglowodany ogółem: 345.24 g; suma cukrów prostych: 64.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.83 g; Błonnik pokarmowy: 28.17 g; Sól: 7.71 g;		
środa 2024-03-06 Dieta: ŁATWOSTRAWNA BEZ TŁ		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (GLU, JAJ, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), POMIDOR B/SKÓRY 60g, HERBATA Z/C* 250ml, PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g (SEL, GOR), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (JAJ), SOS PIETRUSZKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, BROKUŁY GOTOWANE B/ŁODYGI 100g, KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, POŁĘDWICA DROB ANI 70g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), Posiłek nocny: BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SZYNKĄ TOSTOWA Z KURCZĄT* 20g (MLE, GOR),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2059.13 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8624.89 kJ; Białko ogółem: 97.13 g; Tłuszcz: 38.34 g; Węglowodany ogółem: 344.99 g; suma cukrów prostych: 64.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.10 g; Sól: 7.70 g;		
środa 2024-03-06 Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (GLU, JAJ, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, POMIDOR B/SKÓRY 60g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g (SEL, GOR), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 200ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (JAJ), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), SOS PIETRUSZKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), MARCHEW GOTOWANA * 100g (MLE), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SCHAB GOT B/SOLI * 70g, Posiłek nocny: BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SCHAB GOT B/SOLI * 20g, MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2301.82 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9701.36 kJ; Białko ogółem: 109.02 g; Tłuszcz: 62.21 g; Węglowodany ogółem: 339.11 g; suma cukrów prostych: 61.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.97 g; Błonnik pokarmowy: 25.08 g; Sól: 4.50 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-06		
Dieta: BOGATOBIĄŁKOWA		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (GLU, JAJ, 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), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), HERBATA GRAN ZCYTRYNA ZC * 250ml, RUKOLA* 20g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), POMIDOR 60g, II Śniadanie: KANAPKA Z CHL RAZ 40G, M.EX, SAŁ, SERA BIAŁEGO 50 G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI * 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (JAJ), SOS POMIDOROWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ, KUK Z JOG/ 100g (MLE), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM ZC* 250ml, POŁĘDWICA DROB ANI 70g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX, SAŁATA, SZYNKA, TOSTOWA 20G 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2526.36 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10563.92 kJ; Białko ogółem: 113.27 g; Tłuszcz: 76.62 g; Węglowodany ogółem: 360.18 g; suma cukrów prostych: 75.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.31 g; Błonnik pokarmowy: 30.05 g; Sól: 8.92 g;		
środa 2024-03-06		
Dieta: DZIECIĘCA 1-3		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 150ml (GLU, JAJ, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 30g (MLE, GOR, SO2), HERBATA GRAN ZCYTRYNA B/CUKRU* 250ml, RUKOLA* 20g, POMIDOR 60g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), II Śniadanie: SOK JABŁKOWY* 200ml,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAK* 200ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (MLE), KLOPSIK ZMIESA I RYŻU DIET* 60g (JAJ), KIW* 1szt, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, MARCHEW GOTOWANA * 80g (MLE), KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, POŁĘDWICA DROB ANI 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 30G, M.EX, SAŁATY, POL SOP 10G 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1335.43 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 5618.29 kJ; Białko ogółem: 57.94 g; Tłuszcz: 38.80 g; Węglowodany ogółem: 197.64 g; suma cukrów prostych: 72.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.58 g; Błonnik pokarmowy: 18.42 g; Sól: 4.85 g;		
środa 2024-03-06		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 200ml (GLU, JAJ, MLE), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 40g (MLE, GOR, SO2), RUKOLA* 20g, HERBATA GRAN Z CYTRYNA ZC * 250ml, POMIDOR 60g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), II Śniadanie: SOK JABŁKOWY* 200ml,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI * 200ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g, GOŁĄBKI Z MIĘSA I RYŻU W KAP. PEKIŃSKIEJ*(2 SZT) 260g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), SOS POMIDOROWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), KIW*/ 1szt, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 20g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM ZC* 250ml, POŁĘDWICA DROB ANI 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 30G, M.EX, SAŁATY, POL SOP 10G 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1711.13 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7197.85 kJ; Białko ogółem: 76.57 g; Tłuszcz: 44.22 g; Węglowodany ogółem: 263.61 g; suma cukrów prostych: 88.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.23 g; Błonnik pokarmowy: 25.04 g; Sól: 6.04 g;		
środa 2024-03-06		
Dieta: DZIECIĘCA 10-18		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (GLU, JAJ, 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), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), RUKOLA* 20g, HERBATA GRAN Z CYTRYNA ZC * 250ml, POMIDOR 60g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), II Śniadanie: SOK JABŁKOWY* 200ml,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI * 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, GOŁĄBKI Z MIĘSA I RYŻU W KAP. PEKIŃSKIEJ*(2 SZT) 260g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), SOS POMIDOROWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), KIW*/ 1szt, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM ZC* 250ml, POŁĘDWICA DROB ANI 70g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX, SAŁATY, POŁĘDWICY SOP 20G 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2495.85 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10498.49 kJ; Białko ogółem: 102.12 g; Tłuszcz: 70.58 g; Węglowodany ogółem: 378.49 g; suma cukrów prostych: 102.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.86 g; Błonnik pokarmowy: 32.06 g; Sól: 8.61 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-06		
Dieta: KLEIKOWA		
KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (GLU), SUCHARY* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), HERBATA B/CUKRU* 250ml ,	KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (GLU), SUCHARY* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), HERBATA B/CUKRU* 250ml , KOMPOTZ JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g ,	KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (GLU), SUCHARY* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , Posiłek nocny: KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (GLU), SUCHARY 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 888.43 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 3757.94 kJ; Białko ogółem: 25.82 g; Tłuszcz: 10.02 g; Węglowodany ogółem: 174.29 g; suma cukrów prostych: 12.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.17 g; Błonnik pokarmowy: 20.90 g; Sól: 1.20 g;		
środa 2024-03-06		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (GLU, JAJ, MLE), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), RUKOLA* 20g , HERBATA ZC* 250ml , POMIDOR 60g , JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), II Śniadanie: KANAPKA Z CHL RAZ 30G M.R. SZYNKĄ DĘB DR30G. 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ),	ZUPA JARZYNOWA ZMAKARONEM PEŁNOZIARNISTYM* 400ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (JAJ), SOS POMIDOROWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), SURÓWKA ZKAP PEK, MARCH, JABŁKUK ZJOG/ 100g (MLE), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ500ml , KOMPOTZ JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g , Podwieczorek: JABŁKO 150g ,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , POŁĘDWICA DROB ANI 70g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), Posiłek nocny: KANAPKA ZCHLEBA RAZ50G, M .EXZ WARZYW30G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2527.21 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10626.21 kJ; Białko ogółem: 103.62 g; Tłuszcz: 71.83 g; Węglowodany ogółem: 380.72 g; suma cukrów prostych: 78.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.18 g; Błonnik pokarmowy: 35.84 g; Sól: 9.34 g;		

Dietetyk

.....