

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-02-10</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , JABŁKO 150g , JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <i>JAJ</i> ),	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN* 400ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <i>GLU</i> ), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <i>MLE</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g ( <i>SEL</i> ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g ( <i>MLE, GOR</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2323.70 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9546.81 kJ; Białko ogółem: 99.15 g; Tłuszcz: 70.43 g; Węglowodany ogółem: 339.50 g; suma cukrów prostych: 65.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.66 g; Błonnik pokarmowy: 34.27 g; Sól: 6.73 g;		
<b>sobota 2024-02-10</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA BEZ MLEKA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <i>JAJ</i> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , JABŁKO 150g ,	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN B/ML 400ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <i>GLU</i> ), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <i>MLE</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g ( <i>SEL</i> ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g ( <i>MLE, GOR</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt , WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2198.31 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9011.97 kJ; Białko ogółem: 84.99 g; Tłuszcz: 68.15 g; Węglowodany ogółem: 329.71 g; suma cukrów prostych: 52.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.40 g; Błonnik pokarmowy: 39.26 g; Sól: 7.70 g;		
<b>sobota 2024-02-10</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), CHLEB GRAHAM* 40g , BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , JABŁKO 150g , JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <i>JAJ</i> ),	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN* 400ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <i>GLU</i> ), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <i>MLE</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g ( <i>SEL</i> ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), CHLEB GRAHAM* 40g , MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g ( <i>MLE, GOR</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2361.30 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9701.81 kJ; Białko ogółem: 101.59 g; Tłuszcz: 74.65 g; Węglowodany ogółem: 337.14 g; suma cukrów prostych: 65.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.82 g; Błonnik pokarmowy: 34.65 g; Sól: 6.62 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-02-10</b> <b>Dieta: ŁATWOSTR. BEZ MLEKA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), CHLEB GRAHAM* 40g, BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, JABŁKO 150g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ),	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN B/ML 400ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b> ), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <b>MLE</b> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g ( <b>SEL</b> ),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB GRAHAM* 40g, MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g ( <b>MLE, GOR</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2235.91 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9166.97 kJ; Białko ogółem: 87.43 g; Tłuszcz: 72.37 g; Węglowodany ogółem: 327.35 g; suma cukrów prostych: 53.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.55 g; Błonnik pokarmowy: 39.64 g; Sól: 7.59 g;		
<b>sobota 2024-02-10</b> <b>Dieta: ŁATWOSTR. POŁOŻNICZA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 20g ( <b>MLE</b> ), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), <b>II Śniadanie:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b> ), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), JABŁKO PIECZONE* 150g, BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml,	CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, BUŁKA PSZENNNA KROJ * 120g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 20g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g ( <b>MLE, GOR</b> ), HERBATA Z/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2602.99 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10717.22 kJ; Białko ogółem: 106.53 g; Tłuszcz: 85.22 g; Węglowodany ogółem: 367.00 g; suma cukrów prostych: 90.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.26 g; Błonnik pokarmowy: 31.14 g; Sól: 6.73 g;		
<b>sobota 2024-02-10</b> <b>Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, POMIDOR 60g, JABŁKO 150g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), <b>II Śniadanie:</b> KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN* 400ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b> ), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <b>MLE</b> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g ( <b>SEL</b> ), <b>Podwieczorek:</b> KRAKERSY 15g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</b> ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g ( <b>MLE, GOR</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, <b>Posiłek nocny:</b> CHLEB RAZOWY * 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA 30g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), SAŁATA MASŁOWA 15g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2444.50 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10045.35 kJ; Białko ogółem: 101.13 g; Tłuszcz: 79.71 g; Węglowodany ogółem: 347.48 g; suma cukrów prostych: 57.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.72 g; Błonnik pokarmowy: 35.87 g; Sól: 7.97 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-02-10</b>		
<b>Dieta: Z OGR.Ł/PRZYSW.WĘGL.B/S</b>		
<p>PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b>), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</b>), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b>), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , JABŁKO 150g , PASTA DROBIOWO-WARZYNNA* 60g ( <b>SEL, GOR</b>), <b>II Śniadanie:</b> KISIEL B/C* 150ml ,</p>	<p>ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN B/SOLI* 400ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b>), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <b>MLE</b>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SURÓWKA WARZYNNA Z OL/ 100g ( <b>SEL</b>), <b>Podwieczorek:</b> CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g ,</p>	<p>CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b>), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</b>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g ( <b>MLE</b>), SCHAB GOT B/SOLI * 60g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ,</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2385.02 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10025.04 kJ; Białko ogółem: 111.13 g; Tłuszcz: 74.72 g; Węglowodany ogółem: 334.76 g; suma cukrów prostych: 63.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.64 g; Błonnik pokarmowy: 36.30 g; Sól: 4.31 g;</p>		
<b>sobota 2024-02-10</b>		
<b>Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL. 1500</b>		
<p>PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 200ml ( <b>GLU, MLE</b>), CHLEB RAZOWY * 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</b>), CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b>), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , JABŁKO 150g , JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b>), <b>II Śniadanie:</b> KISIEL B/C* 150ml ,</p>	<p>ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN* 200ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 100g ( <b>GLU</b>), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <b>MLE</b>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SURÓWKA WARZYNNA Z OL/ 100g ( <b>SEL</b>), <b>Podwieczorek:</b> CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g ,</p>	<p>CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 20g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b>), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</b>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 5g ( <b>MLE</b>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g ( <b>MLE, GOR</b>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ,</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1589.06 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6457.71 kJ; Białko ogółem: 80.53 g; Tłuszcz: 46.63 g; Węglowodany ogółem: 223.85 g; suma cukrów prostych: 51.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.99 g; Błonnik pokarmowy: 26.15 g; Sól: 5.29 g;</p>		
<b>sobota 2024-02-10</b>		
<b>Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL1500B/ML</b>		
<p>PŁATKI OWSIANE NA WYWARZE JARZ* 150ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b>), CHLEB RAZOWY * 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</b>), CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b>), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 40g ( <b>MLE, GOR, SO2</b>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , JABŁKO 150g , JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b>), <b>II Śniadanie:</b> KISIEL B/C* 150ml ,</p>	<p>ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN B/ML 200ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 100g ( <b>GLU</b>), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <b>MLE</b>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b>), SURÓWKA WARZYNNA Z OL/ 100g ( <b>SEL</b>), <b>Podwieczorek:</b> CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g ,</p>	<p>CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 20g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b>), CHLEB RAZOWY* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</b>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 5g ( <b>MLE</b>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g ( <b>MLE, GOR</b>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt , WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ,</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1497.95 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6072.00 kJ; Białko ogółem: 70.50 g; Tłuszcz: 42.73 g; Węglowodany ogółem: 222.11 g; suma cukrów prostych: 46.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.65 g; Błonnik pokarmowy: 30.65 g; Sól: 6.06 g;</p>		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-02-10</b> <b>Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL. B/ML</b>		
PŁATKI OWSIANE NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), HERBATA B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, JABŁKO 150g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), <b>II Śniadanie:</b> KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN B/ML 400ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b> ), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <b>MLE</b> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g ( <b>SEL</b> ), <b>Podwieczorek:</b> KRAKERSY 15g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</b> ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g ( <b>MLE, GOR</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2264.31 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9287.87 kJ; Białko ogółem: 86.42 g; Tłuszcz: 71.32 g; Węglowodany ogółem: 337.58 g; suma cukrów prostych: 50.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.67 g; Błonnik pokarmowy: 40.00 g; Sól: 8.05 g;		
<b>sobota 2024-02-10</b> <b>Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGLNISKOTŁ</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ), HERBATA B/CUKRU* 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g, TWAROŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN* 400ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g, <b>Podwieczorek:</b> CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g ( <b>MLE, GOR</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2332.67 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9597.10 kJ; Białko ogółem: 102.63 g; Tłuszcz: 57.61 g; Węglowodany ogółem: 367.07 g; suma cukrów prostych: 80.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.34 g; Błonnik pokarmowy: 34.61 g; Sól: 6.56 g;		
<b>sobota 2024-02-10</b> <b>Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, POMIDOR 60g, JABŁKO PRAŻONE* 60g, JABŁKO 150g,	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN* 400ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b> ), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <b>MLE</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g ( <b>SEL</b> ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g ( <b>MLE, GOR</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2328.50 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9573.21 kJ; Białko ogółem: 91.92 g; Tłuszcz: 67.81 g; Węglowodany ogółem: 353.60 g; suma cukrów prostych: 74.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.80 g; Błonnik pokarmowy: 32.89 g; Sól: 6.37 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-02-10</b> <b>Dieta: O KONT.ZAW.KW.TŁ B/M</b>		
PŁATKI OWSIANE NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, POMIDOR 60g, JABŁKO PRAŻONE* 60g, JABŁKO 150g,	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN B/ML 400ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b> ), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <b>MLE</b> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g ( <b>SEL</b> ),	CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g ( <b>MLE, GOR</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2203.11 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9038.37 kJ; Białko ogółem: 77.76 g; Tłuszcz: 65.53 g; Węglowodany ogółem: 343.81 g; suma cukrów prostych: 62.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.53 g; Błonnik pokarmowy: 37.88 g; Sól: 7.34 g;		
<b>sobota 2024-02-10</b> <b>Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, MIÓD JEDN 25g/op 50g, JABŁKO PRAŻONE* 60g, JABŁKO PIECZONE* 150g,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g,	BUŁKA PSZENNNA KROJ * 120g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 10g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g ( <b>MLE, GOR</b> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA Z/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2455.93 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10126.36 kJ; Białko ogółem: 91.01 g; Tłuszcz: 57.76 g; Węglowodany ogółem: 407.04 g; suma cukrów prostych: 90.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.15 g; Błonnik pokarmowy: 29.39 g; Sól: 6.17 g;		
<b>sobota 2024-02-10</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA BEZ TŁ</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), MIÓD JEDN 25g/op 50g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, JABŁKO PRAŻONE* 60g, JABŁKO PIECZONE* 150g,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b> ), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g,	BUŁKA PSZENNNA KROJ * 120g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g ( <b>MLE, GOR</b> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA Z/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2308.83 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9521.56 kJ; Białko ogółem: 90.91 g; Tłuszcz: 41.51 g; Węglowodany ogółem: 406.93 g; suma cukrów prostych: 90.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.57 g; Błonnik pokarmowy: 29.39 g; Sól: 6.14 g;		
<b>sobota 2024-02-10</b> <b>Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ZOŁ</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), TWAROŻEK* 110g ( <b>MLE</b> ), MIÓD JEDN 25g/op 50g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, JABŁKO PRAŻONE* 60g, JABŁKO PIECZONE* 150g, <b>II Śniadanie:</b> KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g, <b>Podwieczorek:</b> BISZKOPTY* 20g ( <b>GLU, JAJ, ORZ</b> ),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 10g ( <b>MLE</b> ), SCHAB GOT B/SOLI * 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA Z/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ * 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2450.06 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10320.26 kJ; Białko ogółem: 112.60 g; Tłuszcz: 60.93 g; Węglowodany ogółem: 375.79 g; suma cukrów prostych: 103.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.13 g; Błonnik pokarmowy: 26.35 g; Sól: 3.90 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-02-10</b> <b>Dieta: BOGATOBIAŁKOWA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i> ), BUŁKA PSZENNNA 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 B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <i>JAJ</i> ), POMIDOR 60g, JABŁKO 150g, <b>II Śniadanie:</b> BUDYŃ* 150ml ( <i>MLE</i> ),	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN* 400ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), KASZA JEĆCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <i>GLU</i> ), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <i>MLE</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g ( <i>SEL</i> ), <b>Podwieczerek:</b> JABŁKO PIECZONE Z SEREM* 150g ( <i>MLE</i> ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZAŃ* 70g ( <i>MLE, GOR</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2588.18 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10661.05 kJ; Białko ogółem: 109.23 g; Tłuszcz: 76.72 g; Węglowodany ogółem: 382.39 g; suma cukrów prostych: 96.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.55 g; Błonnik pokarmowy: 36.40 g; Sól: 6.89 g;		
<b>sobota 2024-02-10</b> <b>Dieta: NISKOBIĄŁKOWA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), MIÓD 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, POMIDOR 60g, JABŁKO PRAŻONE* 60g, JABŁKO 150g, <b>II Śniadanie:</b> KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN B/ML 400ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), KASZA JEĆCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <i>GLU</i> ), BITKA DROB GOTOWANA* 40g ( <i>GLU</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <i>MLE</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g ( <i>SEL</i> ), <b>Podwieczerek:</b> CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g ( <i>MLE</i> ), RYŻ Z WARZYWAMI* 200g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA Z/C* 250ml, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2503.45 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10534.98 kJ; Białko ogółem: 60.30 g; Tłuszcz: 62.50 g; Węglowodany ogółem: 446.55 g; suma cukrów prostych: 68.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.17 g; Błonnik pokarmowy: 43.95 g; Sól: 4.79 g;		
<b>sobota 2024-02-10</b> <b>Dieta: DZIECIĘCA 1-3</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 150ml ( <i>GLU, MLE</i> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <i>MLE</i> ), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 30g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <i>SEL</i> ), JABŁKO 150g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <i>JAJ</i> ), <b>II Śniadanie:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <i>MLE</i> ),	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN* 150ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g, FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 50g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, BURACZKI OPRÓSZANE* 80g ( <i>GLU</i> ), SOS WŁASNY* 50ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), JABŁKO PIECZONE* 100g, <b>Podwieczerek:</b> BISZKOPTY* 20g ( <i>GLU, JAJ, ORZ</i> ),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZAŃ* 30g ( <i>MLE, GOR</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1383.78 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 5718.32 kJ; Białko ogółem: 61.36 g; Tłuszcz: 42.26 g; Węglowodany ogółem: 197.45 g; suma cukrów prostych: 79.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.45 g; Błonnik pokarmowy: 18.41 g; Sól: 3.47 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-02-10</b>		
<b>Dieta: DZIECIĘCA 4-9</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 200ml ( <i>GLU, MLE</i> ), CHLEB RAZOWY * 30g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <i>MLE</i> ), KIELBASA SZYMKOWA WP* 40g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, POMIDOR 60g, JABŁKO 150g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <i>JAJ</i> ), <b>II Śniadanie:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <i>MLE</i> ),	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN* 150ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 100g ( <i>GLU</i> ), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <i>MLE</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g ( <i>SEL</i> ), <b>Podwieczorek:</b> BISZKOPTY* 20g ( <i>GLU, JAJ, ORZ</i> ),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), CHLEB RAZOWY * 30g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 40g ( <i>MLE, GOR</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1734.56 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7168.43 kJ; Białko ogółem: 83.04 g; Tłuszcz: 51.19 g; Węglowodany ogółem: 246.64 g; suma cukrów prostych: 73.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.03 g; Błonnik pokarmowy: 24.53 g; Sól: 4.84 g;		
<b>sobota 2024-02-10</b>		
<b>Dieta: DZIECIĘCA 10-18</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), KIELBASA SZYMKOWA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, POMIDOR 60g, JABŁKO 150g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <i>JAJ</i> ), <b>II Śniadanie:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <i>MLE</i> ),	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN* 400ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <i>GLU</i> ), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <i>MLE</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g ( <i>SEL</i> ), <b>Podwieczorek:</b> BISZKOPTY* 20g ( <i>GLU, JAJ, ORZ</i> ),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g ( <i>MLE, GOR</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2566.35 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10572.11 kJ; Białko ogółem: 107.68 g; Tłuszcz: 78.55 g; Węglowodany ogółem: 372.40 g; suma cukrów prostych: 85.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.90 g; Błonnik pokarmowy: 32.61 g; Sól: 6.83 g;		
<b>sobota 2024-02-10</b>		
<b>Dieta: DZIECIĘCA POOPERACYJNA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 200ml ( <i>GLU, MLE</i> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), KIELBASA SZYMKOWA WP* 30g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <i>SEL</i> ), TWAROŻEK* 70g ( <i>MLE</i> ), JABŁKO PIECZONE* 150g, <b>II Śniadanie:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <i>MLE</i> ),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 200ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <i>GLU</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g, <b>Podwieczorek:</b> BISZKOPTY* 20g ( <i>GLU, JAJ, ORZ</i> ),	CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, BUŁKA PSZENNNA KROJ * 120g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g ( <i>MLE, GOR</i> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA Z/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> SEREK NATURALNY HOM* 1szt ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2255.54 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9257.76 kJ; Białko ogółem: 106.16 g; Tłuszcz: 70.61 g; Węglowodany ogółem: 310.87 g; suma cukrów prostych: 94.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.93 g; Błonnik pokarmowy: 26.13 g; Sól: 6.40 g;		
<b>sobota 2024-02-10</b>		
<b>Dieta: BIEGUNKOWA</b>		
KLEIK Z KASZY MANNY* 400g ( <i>GLU</i> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ * 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <i>MLE</i> ), POWIDŁA JABŁKOWE* 70g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SUCHARY* 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i> ), <b>II Śniadanie:</b> KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml ( <i>SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 110g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARCHEW GOTOWANA * 150g ( <i>MLE</i> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	MASŁO EXTRA 82% 5g ( <i>MLE</i> ), RYŻ Z JABŁKIEM* 200g ( <i>MLE</i> ), SUCHARY* 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i> ), HERBATA Z/C* 250ml, BUŁKA PSZENNNA KROJ * 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), KLEIK Z KASZY MANNY* 400g ( <i>GLU</i> ), <b>Posiłek nocny:</b> SUCHARY 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1666.32 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7030.59 kJ; Białko ogółem: 56.80 g; Tłuszcz: 32.49 g; Węglowodany ogółem: 295.78 g; suma cukrów prostych: 37.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.35 g; Błonnik pokarmowy: 33.02 g; Sól: 2.44 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-02-10</b> <b>Dieta: BEZGLUTENOWA</b>		
RYŻ NA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g ( <b>ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), KIELBASA SZYMKOWA WP* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), JABŁKO 150g <b>II Śniadanie:</b> KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAK B/GLUTENU* 400ml ( <b>MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, BITKA DROB GOTOWANA* 80g ( <b>GLU</b> ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <b>MLE</b> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g ( <b>SEL</b> ), <b>Podwieczorek:</b> CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g ( <b>ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g ( <b>MLE, GOR</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2197.26 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8984.42 kJ; Białko ogółem: 85.24 g; Tłuszcz: 75.96 g; Węglowodany ogółem: 302.69 g; suma cukrów prostych: 79.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.12 g; Błonnik pokarmowy: 31.91 g; Sól: 6.34 g;		
<b>sobota 2024-02-10</b> <b>Dieta: PAKOWATA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU MIX* 400ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), KIELBASA SZYMKOWA WP MIELONA* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, JABŁKO PRAŻONE* 60g, JABŁKO PIECZONE* 150g, <b>II Śniadanie:</b> KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g, <b>Podwieczorek:</b> CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT MIELONA* 70g ( <b>MLE, GOR</b> ), ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2088.72 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8560.02 kJ; Białko ogółem: 97.75 g; Tłuszcz: 57.95 g; Węglowodany ogółem: 308.54 g; suma cukrów prostych: 96.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.90 g; Błonnik pokarmowy: 30.52 g; Sól: 5.98 g;		
<b>sobota 2024-02-10</b> <b>Dieta: PAKOWATA CUKRZYCOWA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU MIX* 400ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), KIELBASA SZYMKOWA WP MIELONA* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, POWIDŁA JABŁKOWE* 70g, JABŁKO PIECZONE* 150g, <b>II Śniadanie:</b> KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g, <b>Podwieczorek:</b> CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT MIELONA* 70g ( <b>MLE, GOR</b> ), ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2091.92 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8572.22 kJ; Białko ogółem: 98.03 g; Tłuszcz: 58.23 g; Węglowodany ogółem: 308.64 g; suma cukrów prostych: 98.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.94 g; Błonnik pokarmowy: 31.80 g; Sól: 5.98 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-02-10</b>		
<b>Dieta: PAKOWATA BEZ MLEKA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA WYW JARZ. MIX* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), KIELBASA SZYMKOWA WP MIELONA* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, JABŁKO PRAŻONE* 60g, JABŁKO PIECZONE* 150g, <b>II Śniadanie:</b> KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN B/ML MIX* 400ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g, <b>Podwieczorek:</b> CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT MIELONA* 70g ( <b>MLE, GOR</b> ), ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1936.75 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7913.13 kJ; Białko ogółem: 82.21 g; Tłuszcz: 54.86 g; Węglowodany ogółem: 295.21 g; suma cukrów prostych: 83.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.24 g; Błonnik pokarmowy: 35.30 g; Sól: 6.91 g;		
<b>sobota 2024-02-10</b>		
<b>Dieta: PŁYNNA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU PŁYNNYM* 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> KISIEL B/C* 150ml,	PŁYNNA OB* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, GALARETKA OWOCOWA PŁYNNYM* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> ), <b>Podwieczorek:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,	PŁYNNY KOL* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), BUDYŃ B/C* 150ml ( <b>MLE</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1947.02 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8183.49 kJ; Białko ogółem: 99.30 g; Tłuszcz: 67.77 g; Węglowodany ogółem: 244.35 g; suma cukrów prostych: 72.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.63 g; Błonnik pokarmowy: 25.51 g; Sól: 3.91 g;		
<b>sobota 2024-02-10</b>		
<b>Dieta: SONDA</b>		
SONDA MLECZNA* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> KISIEL SONDA* 150ml,	SONDA OB* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), GALARETKA OWOCOWA PŁYNNYM* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,	SONDA KOL* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), BUDYŃ SONDA* 150ml ( <b>MLE</b> ), HERBATA Z/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2223.29 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9333.57 kJ; Białko ogółem: 110.70 g; Tłuszcz: 83.05 g; Węglowodany ogółem: 266.47 g; suma cukrów prostych: 89.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.62 g; Błonnik pokarmowy: 27.06 g; Sól: 4.01 g;		
<b>sobota 2024-02-10</b>		
<b>Dieta: SONDA BEZ MLEKA</b>		
SOK JABŁKOWY* 1ml, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SONDA B/ MLEKA ŚN* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), <b>II Śniadanie:</b> KISIEL B/C* 150ml,	GALARETKA OWOCOWA 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> ), SONDA B/MLEKA OB* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,	SONDA B/ML KOL* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml ( <b>GLU</b> ), HERBATA Z/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> SONDA B/ML PN* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2596.76 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10899.81 kJ; Białko ogółem: 114.50 g; Tłuszcz: 85.39 g; Węglowodany ogółem: 358.97 g; suma cukrów prostych: 60.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.36 g; Błonnik pokarmowy: 47.30 g; Sól: 3.68 g;		
<b>sobota 2024-02-10</b>		
<b>Dieta: KLEIKOWA</b>		
KLEIK Z KASZY MANNY* 400g ( <b>GLU</b> ), SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml,	KLEIK Z KASZY MANNY* 400g ( <b>GLU</b> ), SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml,	KLEIK Z KASZY MANNY* 400g ( <b>GLU</b> ), SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), HERBATA Z/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KLEIK Z KASZY MANNY* 400g ( <b>GLU</b> ), SUCHARY 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 848.43 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 3590.74 kJ; Białko ogółem: 25.50 g; Tłuszcz: 9.70 g; Węglowodany ogółem: 164.61 g; suma cukrów prostych: 5.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.14 g; Błonnik pokarmowy: 19.30 g; Sól: 1.19 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-02-10</b>		
<b>Dieta: PŁYNNĄ DZIECIĘCĄ</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU PŁYNNĄ* 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml <b>II Śniadanie:</b> KISIEL B/C* 150ml ,	RYŻANKA* 400ml ( <b>SEL</b> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> SEREK WANILIOWY HOM* 150ml ( <b>MLE</b> ),	BUDYŃ B/C* 150ml ( <b>MLE</b> ), ZUPA GRYSIKOWA* 400ml ( <b>GLU, SEL</b> ), HERBATA Z/C* 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 771.77 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 3254.52 kJ; Białko ogółem: 36.25 g; Tłuszcz: 20.24 g; Węglowodany ogółem: 114.98 g; suma cukrów prostych: 41.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.83 g; Błonnik pokarmowy: 7.22 g; Sól: 0.81 g;		
<b>sobota 2024-02-10</b>		
<b>Dieta: WEGETARIAŃSKA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), MIÓD 50g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), JABŁKO 150g , <b>II Śniadanie:</b> KISIEL B/C* 150ml ,	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN* 400ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 150g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <b>MLE</b> ), GULASZ Z KOSTKI SOJOWEJ Z WARZYWAMI* 180g ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL</b> ), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g ( <b>SEL</b> ), <b>Podwieczorek:</b> KRAKERSY 15g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</b> ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), RYŻ Z WARZYWAMI* 200g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2573.44 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10822.06 kJ; Białko ogółem: 70.32 g; Tłuszcz: 75.02 g; Węglowodany ogółem: 421.96 g; suma cukrów prostych: 74.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.95 g; Błonnik pokarmowy: 37.53 g; Sól: 4.31 g;		

Dietetyk

.....