

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-04-21</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
KASZA KUKURYZYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, TWAROŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, RZODKIEWKA 20g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml,	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM* 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA PANIEROWANY* 110g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, ORZ</b> ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <b>MLE</b> ), MANDARYNKA 100g, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA* 250g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2374.33 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9625.67 kJ; Białko ogółem: 107.94 g; Tłuszcz: 76.63 g; Węglowodany ogółem: 326.57 g; suma cukrów prostych: 75.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.51 g; Błonnik pokarmowy: 28.22 g; Sól: 6.86 g;		
<b>niedziela 2024-04-21</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA BEZ MLEKA</b>		
KASZA KUKURYZYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <b>MLE, SEL</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, JABŁKO 150g, POMIDOR 60g, RZODKIEWKA 20g,	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM B/ML* 400ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA PANIEROWANY* 110g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, ORZ</b> ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <b>MLE</b> ), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA* 250g, MANDARYNKA 100g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX, POL DROB ANI 20G 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2351.28 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9518.32 kJ; Białko ogółem: 95.31 g; Tłuszcz: 76.58 g; Węglowodany ogółem: 336.30 g; suma cukrów prostych: 63.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.22 g; Błonnik pokarmowy: 33.75 g; Sól: 7.53 g;		
<b>niedziela 2024-04-21</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
KASZA KUKURYZYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), CHLEB GRAHAM* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, TWAROŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), POMIDOR 60g, RZODKIEWKA 20g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml,	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM* 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</b> ), SOS MAJERANKOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <b>MLE</b> ), MANDARYNKA 100g, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA* 250g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB GRAHAM* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g ( <b>MLE</b> ), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2169.23 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8775.56 kJ; Białko ogółem: 113.42 g; Tłuszcz: 59.84 g; Węglowodany ogółem: 307.30 g; suma cukrów prostych: 76.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.91 g; Błonnik pokarmowy: 28.31 g; Sól: 6.55 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-04-21		
Dieta: ŁATWOSTR. BEZ MLEKA		
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <b>MLE, SEL</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, RZODKIEWKA 20g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml,	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM B/ML* 400ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</b> ), SOS MAJERANKOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <b>MLE</b> ), MANDARYNKA 100g, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA* 250g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX, POL DROB ANI 20G 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2151.08 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8707.81 kJ; Białko ogółem: 90.55 g; Tłuszcz: 52.22 g; Węglowodany ogółem: 343.09 g; suma cukrów prostych: 51.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.54 g; Błonnik pokarmowy: 28.36 g; Sól: 6.97 g;		
niedziela 2024-04-21		
Dieta: ŁATWOSTR. POŁOŻNICZA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 20g ( <b>MLE</b> ), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, TWAROŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM DIETA * 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</b> ), SZPINAK GOTOWANY* 150g ( <b>GLU</b> ), SOS MAJERANKOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), JABŁKO PIECZ/ 1szt, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA* 250g,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 20g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, HERBATA Z/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2407.31 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9771.03 kJ; Białko ogółem: 119.44 g; Tłuszcz: 74.54 g; Węglowodany ogółem: 325.53 g; suma cukrów prostych: 89.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.78 g; Błonnik pokarmowy: 24.05 g; Sól: 6.90 g;		
niedziela 2024-04-21		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, TWAROŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, POMIDOR 60g, RZODKIEWKA 20g, <b>II Śniadanie:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM* 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</b> ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <b>MLE</b> ), SOS MAJERANKOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), MANDARYNKA 100g, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA B/C* 250g, <b>Podwieczorek:</b> CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX, SAŁ, POL DROB ANI 20G 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2338.05 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9485.32 kJ; Białko ogółem: 120.30 g; Tłuszcz: 64.30 g; Węglowodany ogółem: 333.77 g; suma cukrów prostych: 64.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.65 g; Błonnik pokarmowy: 30.12 g; Sól: 8.10 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-04-21</b> <b>Dieta: Z OGR.Ł/PRZYSW.WĘGL.B/S</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 30g, TWAROŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, RZODKIEWKA 20g, <b>II Śniadanie:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM* 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</b> ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <b>MLE</b> ), SOS MAJERANKOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA B/C* 250g, MANDARYNKA 100g, <b>Podwieczorek:</b> CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g ( <b>MLE</b> ), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, SCHAB GOT B/SOLI* 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2312.79 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9383.84 kJ; Białko ogółem: 128.70 g; Tłuszcz: 64.86 g; Węglowodany ogółem: 316.48 g; suma cukrów prostych: 74.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.01 g; Błonnik pokarmowy: 28.02 g; Sól: 4.28 g;		
<b>niedziela 2024-04-21</b> <b>Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL. 1500</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 200ml ( <b>MLE</b> ), CHLEB RAZOWY * 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, TWAROŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), POMIDOR 60g, RZODKIEWKA 20g, <b>II Śniadanie:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM * 200ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</b> ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <b>MLE</b> ), SOS MAJERANKOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), MANDARYNKA 100g, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA B/C* 250g, <b>Podwieczorek:</b> CIASTO DROŻDŻOWE* 20g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 20g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 5g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA EAZ30G,M.EX.SAŁ.Z POL ANI 20G 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1535.00 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6184.84 kJ; Białko ogółem: 95.56 g; Tłuszcz: 34.67 g; Węglowodany ogółem: 221.48 g; suma cukrów prostych: 51.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.93 g; Błonnik pokarmowy: 23.97 g; Sól: 5.51 g;		
<b>niedziela 2024-04-21</b> <b>Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL1500B/ML</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 200ml ( <b>MLE, SEL</b> ), CHLEB RAZOWY * 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, POMIDOR 60g, RZODKIEWKA 20g, <b>II Śniadanie:</b> KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM * 200ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</b> ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <b>MLE</b> ), SOS MAJERANKOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA B/C* 250g, MANDARYNKA 100g, <b>Podwieczorek:</b> CIASTO DROŻDŻOWE* 20g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 20g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 10g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA EAZ30G,M.EX.SAŁ.Z POL ANI 20G 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1451.65 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 5817.48 kJ; Białko ogółem: 80.14 g; Tłuszcz: 42.03 g; Węglowodany ogółem: 199.63 g; suma cukrów prostych: 36.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.97 g; Błonnik pokarmowy: 24.50 g; Sól: 5.09 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-04-21</b> <b>Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL. B/ML</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <b>MLE, SEL</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, POMIDOR 60g, RZODKIEWKA 20g, <b>II Śniadanie:</b> KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM B/ML* 400ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</b> ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <b>MLE</b> ), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA B/C* 250g, SOS MAJERANKOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), MANDARYNKA 100g, <b>Podwieczorek:</b> CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA EAZ30G, M.EX.SAŁ.Z POL ANI 20G 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2059.75 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8306.17 kJ; Białko ogółem: 97.74 g; Tłuszcz: 56.87 g; Węglowodany ogółem: 303.99 g; suma cukrów prostych: 43.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.56 g; Błonnik pokarmowy: 31.60 g; Sól: 6.88 g;		
<b>niedziela 2024-04-21</b> <b>Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGLNISKOTŁ</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, TWAROŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), POWIDŁA JABŁKOWE* 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, <b>II Śniadanie:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	ZUPA KOPERKOWA Z MAKARONEM* 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</b> ), SZPINAK GOTOWANY* 150g ( <b>GLU</b> ), SOS MAJERANKOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA B/C* 250g, JABŁKO PIECZ/ 1szt, <b>Podwieczorek:</b> CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>Posiłek nocny:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2253.71 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9131.07 kJ; Białko ogółem: 119.41 g; Tłuszcz: 55.44 g; Węglowodany ogółem: 332.25 g; suma cukrów prostych: 83.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.51 g; Błonnik pokarmowy: 29.08 g; Sól: 7.26 g;		
<b>niedziela 2024-04-21</b> <b>Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, TWAROŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), POMIDOR 60g, RZODKIEWKA 20g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml,	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM* 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</b> ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <b>MLE</b> ), SOS MAJERANKOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA* 250g, MANDARYNKA 100g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2187.63 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8857.16 kJ; Białko ogółem: 112.38 g; Tłuszcz: 59.68 g; Węglowodany ogółem: 312.18 g; suma cukrów prostych: 77.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.89 g; Błonnik pokarmowy: 25.83 g; Sól: 6.55 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-04-21</b> <b>Dieta: O KONT.ZAW.KW.TŁ B/M</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <b>MLE, SEL</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, POMIDOR 60g, RZODKIEWKA 20g,	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM B/ML* 400ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</b> ), SOS MAJERANKOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <b>MLE</b> ), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA* 250g, MANDARYNKA 100g,	CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), POMIDOR 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX, SAŁ., SZYNKĄ TOSTOWĄ 20G 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, GOR, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2117.03 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8503.51 kJ; Białko ogółem: 90.32 g; Tłuszcz: 50.74 g; Węglowodany ogółem: 337.40 g; suma cukrów prostych: 49.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.12 g; Błonnik pokarmowy: 27.01 g; Sól: 6.61 g;		
<b>niedziela 2024-04-21</b> <b>Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, TWAROŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g,	ZUPA KOPERKOWA Z MAKARONEM* 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</b> ), SOS MAJERANKOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), SZPINAK GOTOWANY* 150g ( <b>GLU</b> ), JABŁKO PIECZ/ 1szt, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA* 250g,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 10g ( <b>MLE</b> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2160.86 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8742.21 kJ; Białko ogółem: 112.75 g; Tłuszcz: 55.99 g; Węglowodany ogółem: 313.28 g; suma cukrów prostych: 81.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.64 g; Błonnik pokarmowy: 26.29 g; Sól: 6.59 g;		
<b>niedziela 2024-04-21</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA BEZ TŁ</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, TWAROŻEK*/ 100g ( <b>MLE</b> ), WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g,	ZUPA KOPERKOWA Z MAKARONEM* 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</b> ), SZPINAK GOTOWANY* 150g ( <b>GLU</b> ), SOS MAJERANKOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), JABŁKO PIECZ/ 1szt, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA* 250g,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2053.36 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8303.91 kJ; Białko ogółem: 118.26 g; Tłuszcz: 41.15 g; Węglowodany ogółem: 314.28 g; suma cukrów prostych: 82.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.89 g; Błonnik pokarmowy: 26.29 g; Sól: 6.59 g;		
<b>niedziela 2024-04-21</b> <b>Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 30g, WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ), TWAROŻEK MIX* 110g ( <b>MLE</b> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, <b>II Śniadanie:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	ZUPA KOPERKOWA Z MAKARONEM* 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS MAJERANKOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), SZPINAK GOTOWANY* 150g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA* 250g, JABŁKO PIECZ/ 1szt, <b>Podwieczorek:</b> CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 10g ( <b>MLE</b> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, SCHAB GOT B/SOLI * 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <b>MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2460.46 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10003.42 kJ; Białko ogółem: 126.55 g; Tłuszcz: 71.48 g; Węglowodany ogółem: 340.41 g; suma cukrów prostych: 94.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.92 g; Błonnik pokarmowy: 26.89 g; Sól: 4.61 g;		





## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-04-21</b> <b>Dieta: BEZMLECZNA</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <b>MLE, SEL</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, MIÓD 50g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g,	ZUPA KOPERKOWA Z MAKARONEM B/MLEKA* 400ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</b> ), SZPINAK GOTOWANY* 150g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z/C* 250g, SOS MAJERANKOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), JABŁKO PIECZONE* 150g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 120g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z BUŁKI 50G, M. EX, POL DROB ANI 20G* 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2135.73 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8639.64 kJ; Białko ogółem: 90.50 g; Tłuszcz: 50.09 g; Węglowodany ogółem: 343.88 g; suma cukrów prostych: 55.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.24 g; Błonnik pokarmowy: 28.63 g; Sól: 7.01 g;		
<b>niedziela 2024-04-21</b> <b>Dieta: BIEGUNKOWA</b>		
KLEIK Z KASZY MANNY* 400g ( <b>GLU</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), POWIDŁA JABŁKOWE* 70g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> KISIEL B/C* 150ml,	RYŻANKA* 400ml ( <b>SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARCHEW GOTOWANA * 150g ( <b>MLE</b> ), HERBATA Z/C* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), RYŻ Z JABŁKIEM* 200g ( <b>MLE</b> ), SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), KLEIK Z KASZY MANNY* 400g ( <b>GLU</b> ), HERBATA Z/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KISIEL B/C* 150ml, SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1740.40 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7341.94 kJ; Białko ogółem: 56.46 g; Tłuszcz: 35.41 g; Węglowodany ogółem: 307.51 g; suma cukrów prostych: 49.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.91 g; Błonnik pokarmowy: 31.88 g; Sól: 2.59 g;		
<b>niedziela 2024-04-21</b> <b>Dieta: BEZGLUTENOWA</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g ( <b>ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, TWAROŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, POMIDOR 60g, RZODKIEWKA 20g, <b>II Śniadanie:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM B/ GLUT* 400ml ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</b> ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <b>MLE</b> ), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA* 250g, MANDARYNKA 100g, <b>Podwieczorek:</b> CHRUPKI KUKURYDZ* 20g,	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g ( <b>ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2161.14 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8726.01 kJ; Białko ogółem: 101.69 g; Tłuszcz: 60.54 g; Węglowodany ogółem: 308.65 g; suma cukrów prostych: 89.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.68 g; Błonnik pokarmowy: 25.38 g; Sól: 6.76 g;		
<b>niedziela 2024-04-21</b> <b>Dieta: PAKOWATA</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU MIX* 400ml ( <b>MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, TWAROŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA MIELONA* 50g, <b>II Śniadanie:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM MIX* 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SZPINAK GOTOWANY* 150g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA* 250g, SOS MAJERANKOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), JABŁKO PIECZONE* 150g, <b>Podwieczorek:</b> CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <b>MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJONA Z MASŁEM* 35g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2445.39 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9930.18 kJ; Białko ogółem: 126.78 g; Tłuszcz: 73.20 g; Węglowodany ogółem: 333.45 g; suma cukrów prostych: 101.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.13 g; Błonnik pokarmowy: 28.94 g; Sól: 6.76 g;		



## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-04-21</b> <b>Dieta: PAKOWATA CUKRZYCOWA</b>		
KASZA KUKURYZYDZIANA NA MLEKU MIX* 400ml ( <b>MLE</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), TWAROŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA MIELONA* 50g, <b>II Śniadanie:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM MIX* 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SZPINAK GOTOWANY* 150g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA* 250g, SOS MAJERANKOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), JABŁKO PIECZ/ 1szt, <b>Podwieczorek:</b> CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2352.90 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9541.05 kJ; Białko ogółem: 125.13 g; Tłuszcz: 69.66 g; Węglowodany ogółem: 319.47 g; suma cukrów prostych: 95.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.21 g; Błonnik pokarmowy: 28.73 g; Sól: 6.46 g;		
<b>niedziela 2024-04-21</b> <b>Dieta: PAKOWATA BEZ MLEKA</b>		
KASZA KUKURYZYDZIANA NA WYW JARZ MIX* 400ml ( <b>MLE, SEL</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA MIELONA* 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, <b>II Śniadanie:</b> SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/ CUK* 1szt,	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARON B/ML MIX* 400ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS MAJERANKOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), SZPINAK GOTOWANY* 150g ( <b>GLU</b> ), JABŁKO PIECZ/ 1szt, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA* 250g, <b>Podwieczorek:</b> CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KISIEL B/C* 150ml, BUŁKA PSZENNNA KROJONA Z MASŁEM* 35g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2209.27 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8913.51 kJ; Białko ogółem: 91.92 g; Tłuszcz: 53.60 g; Węglowodany ogółem: 354.39 g; suma cukrów prostych: 83.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.41 g; Błonnik pokarmowy: 31.37 g; Sól: 5.75 g;		
<b>niedziela 2024-04-21</b> <b>Dieta: PŁYNNNA</b>		
KASZA KUKURYZYDZIANA NA MLEKU PŁYNNNA* 400ml ( <b>JAJ, MLE</b> ), GALARETKA OWOCOWA* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> SEREK NATURALNY HOM* 1szt ( <b>MLE</b> ),	PŁYNNNA OB* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA* 250g, KISIEL* 150ml, <b>Podwieczorek:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	PŁYNNNA 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> BUDYŃ B/C* 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2065.97 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8330.84 kJ; Białko ogółem: 108.12 g; Tłuszcz: 67.31 g; Węglowodany ogółem: 264.82 g; suma cukrów prostych: 76.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.52 g; Błonnik pokarmowy: 23.64 g; Sól: 2.97 g;		
<b>niedziela 2024-04-21</b> <b>Dieta: SONDA</b>		
SONDA MLECZNA* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), SOK POMIDOROWY* 1szt, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> SEREK NATURALNY HOM* 1szt ( <b>MLE</b> ),	SONDA OB* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), KISIEL* 150ml, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA* 250g, <b>Podwieczorek:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</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> BUDYŃ SONDA* 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2396.29 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10062.77 kJ; Białko ogółem: 122.84 g; Tłuszcz: 84.94 g; Węglowodany ogółem: 294.72 g; suma cukrów prostych: 98.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.04 g; Błonnik pokarmowy: 29.36 g; Sól: 4.53 g;		



**Jadłospisy dla oddziałów**

<b>Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny</b>		
<b>Śniadanie II Śniadanie</b>	<b>Obiad Podwieczorek</b>	<b>Kolacja Posiłek nocny</b>

Dietetyk

.....