

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-02-09		
Dieta: PODSTAWOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), TWAROŻEK* 70g (MLE), PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA WP MICHAŁOWEJ* 50g, BROKUŁY GOTOWANE 60g,	ZUPA RUMFORDZKA* 400ml (GLU, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET SMAŻONY (MIRUNA)* 110g (GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, SO2), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z/C* 250g, SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY Z OL* 100g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (SOJ), POMIDOR * 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX. ,SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2447.67 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10293.97 kJ; Białko ogółem: 111.07 g; Tłuszcz: 79.93 g; Węglowodany ogółem: 337.18 g; suma cukrów prostych: 59.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.61 g; Błonnik pokarmowy: 32.24 g; Sól: 8.71 g;		
piątek 2024-02-09		
Dieta: PODSTAWOWA BEZ MLEKA		
KASZA MANNA NA WYWARZE JARZ* 350ml (GLU, MLE, SEL), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, BROKUŁY GOTOWANE 60g, SAŁATA MASŁOWA 20g, SZYNKA WP MICHAŁOWEJ* 50g, PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g,	ZUPA RUMFORDZKA* 400ml (GLU, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET SMAŻONY (MIRUNA)* 110g (GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, SO2), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z/C* 250g, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY Z OL* 100g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (SOJ), POMIDOR * 80g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 20g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX. ,SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2266.31 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9528.25 kJ; Białko ogółem: 90.12 g; Tłuszcz: 73.50 g; Węglowodany ogółem: 328.28 g; suma cukrów prostych: 44.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.84 g; Błonnik pokarmowy: 34.48 g; Sól: 8.39 g;		
piątek 2024-02-09		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB GRAHAM* 40g, BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), TWAROŻEK* 70g (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA WP MICHAŁOWEJ* 50g, BROKUŁY GOTOWANE 60g, RZODKIEWKA 20g,	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z/C* 250g, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB GRAHAM* 40g, MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (SOJ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR * 80g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX. ,SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2108.82 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8882.71 kJ; Białko ogółem: 104.59 g; Tłuszcz: 60.24 g; Węglowodany ogółem: 301.73 g; suma cukrów prostych: 68.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.72 g; Błonnik pokarmowy: 28.87 g; Sól: 8.13 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-02-09		
Dieta: ŁATWOSTR. BEZ MLEKA		
KASZA MANNA NA WYWARZE JARZ* 350ml (GLU, MLE, SEL), CHLEB GRAHAM* 40g , BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), JABŁKO 150g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C* 250ml , SZYNKA WP MICHAŁOWEJ* 50g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , RZODKIEWKA 20g ,	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM B/MLEKA* 400ml (GLU, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z/C* 250g , SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB GRAHAM* 40g , MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (SOJ), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , POMIDOR * 80g , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX. ,SAŁ I SZYNKA DĘB 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2010.25 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8463.39 kJ; Białko ogółem: 84.03 g; Tłuszcz: 54.19 g; Węglowodany ogółem: 313.61 g; suma cukrów prostych: 67.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.89 g; Błonnik pokarmowy: 34.17 g; Sól: 7.80 g;		
piątek 2024-02-09		
Dieta: ŁATWOSTR. POŁOŻNICZA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 20g (MLE), TWARÓŻEK* 70g (MLE), JABŁKO PRAŻONE* 60g , HERBATA Z/C* 250ml , SZYNKA WP MICHAŁOWEJ* 50g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), WARZYWA GOT* 100g (SEL), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z/C* 250g , SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU),	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 20g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (SOJ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 30G, M. EX I SZYNKA DĘBOWA 20G* 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2308.55 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9715.22 kJ; Białko ogółem: 107.62 g; Tłuszcz: 74.74 g; Węglowodany ogółem: 314.39 g; suma cukrów prostych: 84.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.96 g; Błonnik pokarmowy: 24.97 g; Sól: 8.39 g;		
piątek 2024-02-09		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), TWARÓŻEK* 70g (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , RZODKIEWKA 20g , SZYNKA WP MICHAŁOWEJ* 50g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻONEJ B/C* 250ml , SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g , Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (SOJ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR * 80g , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX. ,SAŁ I SZYNKA DĘB 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2145.79 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9042.52 kJ; Białko ogółem: 109.11 g; Tłuszcz: 59.09 g; Węglowodany ogółem: 309.33 g; suma cukrów prostych: 61.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.56 g; Błonnik pokarmowy: 29.23 g; Sól: 8.69 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-02-09		
Dieta: Z OGR.Ł/PRZYSW.WĘGL.B/S		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), TWAROŻEK* 70g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), RZODKIEWKA 20g, BROKUŁY GOTOWANE 60g, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM B/ SOLI* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻONEJ B/C* 250ml, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g (MLE), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 60g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR * 80g, Posiłek nocny: KISIEL B/C* 150ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2007.04 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8454.67 kJ; Białko ogółem: 108.40 g; Tłuszcz: 58.73 g; Węglowodany ogółem: 275.92 g; suma cukrów prostych: 62.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.22 g; Błonnik pokarmowy: 27.35 g; Sól: 4.31 g;		
piątek 2024-02-09		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL. 1500		
KASZA MANNA NA MLEKU* 200ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), TWAROŻEK* 70g (MLE), SZYNKA WP MICHAŁOWEJ* 40g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, BROKUŁY GOTOWANE 60g, RZODKIEWKA 20g, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 200ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻONEJ B/C* 250ml, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 20g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 5g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR * 80g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX. ,SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1508.24 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6363.84 kJ; Białko ogółem: 88.81 g; Tłuszcz: 37.29 g; Węglowodany ogółem: 216.25 g; suma cukrów prostych: 50.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.45 g; Błonnik pokarmowy: 23.00 g; Sól: 6.48 g;		
piątek 2024-02-09		
Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL1500B/ML		
KASZA MANNA NA WYWARZE JARZ* 200ml (GLU, MLE, SEL), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, RZODKIEWKA 20g, SZYNKA WP MICHAŁOWEJ* 50g, BROKUŁY GOTOWANE 60g, II Śniadanie: JABŁKO 150g,	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM B/MLEKA* 200ml (GLU, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻONEJ B/C* 250ml, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g, Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 20g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 10g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (SOJ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR * 80g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX. ,SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1516.67 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6379.61 kJ; Białko ogółem: 78.63 g; Tłuszcz: 46.13 g; Węglowodany ogółem: 209.96 g; suma cukrów prostych: 46.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.06 g; Błonnik pokarmowy: 26.38 g; Sól: 6.92 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-02-09		
Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL. B/ML		
KASZA MANNA NA WYWARZE JARZ* 350ml (GLU, MLE, SEL), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), RZODKIEWKA 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SZYNKA WP MICHAŁOWEJ* 50g, BROKUŁY GOTOWANE 60g, II Śniadanie: JABŁKO 150g,	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM B/MLEKA* 400ml (GLU, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻONEJ B/C* 250ml, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g, Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (SOJ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, POMIDOR * 80g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX. ,SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2067.22 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8700.20 kJ; Białko ogółem: 91.60 g; Tłuszcz: 57.14 g; Węglowodany ogółem: 313.83 g; suma cukrów prostych: 53.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.78 g; Błonnik pokarmowy: 34.53 g; Sól: 8.17 g;		
piątek 2024-02-09		
Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGLNISKOTŁ		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), TWAROŻEK* 70g (MLE), JABŁKO PIECZONE* 150g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SZYNKA WP MICHAŁOWEJ* 50g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), WARZYWA GOT* 100g (SEL), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻONEJ B/C* 250ml, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g, Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (SOJ), SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ * 80g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX. ,SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2215.21 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9332.25 kJ; Białko ogółem: 109.54 g; Tłuszcz: 55.27 g; Węglowodany ogółem: 338.28 g; suma cukrów prostych: 82.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.06 g; Błonnik pokarmowy: 36.79 g; Sól: 9.03 g;		
piątek 2024-02-09		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), TWAROŻEK* 70g (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA WP MICHAŁOWEJ* 50g, BROKUŁY GOTOWANE 60g, RZODKIEWKA 20g,	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z/C* 250g, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (SOJ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR * 80g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX. ,SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2127.22 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8964.31 kJ; Białko ogółem: 103.55 g; Tłuszcz: 60.08 g; Węglowodany ogółem: 306.61 g; suma cukrów prostych: 69.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.70 g; Błonnik pokarmowy: 26.39 g; Sól: 8.13 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-02-09		
Dieta: O KONT.ZAW.KW.TŁ B/M		
KASZA MANNA NA WYWARZE JARZ* 350ml (GLU, MLE, SEL), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), MIÓD JEDN 25g/op 50g, HERBATA Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA WP MICHAŁOWEJ* 50g, BROKUŁY GOTOWANE 60g, RZODKIEWKA 20g,	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM B/MLEKA* 400ml (GLU, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z/C* 250g, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g,	CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (SOJ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, POMIDOR * 80g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX. SAŁ I SZYNKA DĘB 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2107.15 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8884.79 kJ; Białko ogółem: 82.42 g; Tłuszcz: 53.39 g; Węglowodany ogółem: 338.67 g; suma cukrów prostych: 54.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.80 g; Błonnik pokarmowy: 28.39 g; Sól: 7.80 g;		
piątek 2024-02-09		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), TWAROŻEK* 70g (MLE), HERBATA Z/C* 250ml, JABŁKO PRAŻONE* 60g, SZYNKA WP MICHAŁOWEJ* 50g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g,	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), WARZYWA GOT* 100g (SEL), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z/C* 250g,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 10g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (SOJ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI50G, M.EX.,POŁĘDWICY SOP 20G 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2097.56 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8843.33 kJ; Białko ogółem: 101.36 g; Tłuszcz: 54.44 g; Węglowodany ogółem: 313.25 g; suma cukrów prostych: 75.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.76 g; Błonnik pokarmowy: 23.55 g; Sól: 7.97 g;		
piątek 2024-02-09		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA BEZ TŁ		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), TWAROŻEK* 70g (MLE), JABŁKO PRAŻONE* 80g, HERBATA Z/C* 250ml, SZYNKA WP MICHAŁOWEJ* 50g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g,	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), WARZYWA GOT* 100g (SEL), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z/C* 250g, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU),	POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (SOJ), BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (SOJ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA BUŁKA50G,WEDLINA20G B/ MASLA 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2049.79 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8657.42 kJ; Białko ogółem: 115.55 g; Tłuszcz: 38.37 g; Węglowodany ogółem: 323.90 g; suma cukrów prostych: 80.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.41 g; Błonnik pokarmowy: 25.64 g; Sól: 9.78 g;		
piątek 2024-02-09		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), DŻEM * 70g, HERBATA Z/C* 250ml, JABŁKO PRAŻONE* 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, TWAROŻEK*/ 100g (MLE), II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), WARZYWA GOT* 100g (SEL), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z/C* 250g, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 10g (MLE), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 60g, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, Posiłek nocny: KISIEL B/C* 150ml, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2130.97 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8982.43 kJ; Białko ogółem: 105.14 g; Tłuszcz: 51.29 g; Węglowodany ogółem: 327.02 g; suma cukrów prostych: 114.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.70 g; Błonnik pokarmowy: 25.48 g; Sól: 3.87 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-02-09		
Dieta: BOGATOBIĄŁKOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), TWAROŻEK* 70g (MLE), SZYNKA WP MICHAŁOWEJ* 50g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , RZODKIEWKA 20g , II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g , KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z/C* 250g , SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g , Podwieczerek: BISZKOPTY* 20g (GLU, JAJ, ORZ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTN* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (SOJ), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , POMIDOR * 80g , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX. ,SAŁ I SZYNKA DĘB 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2316.41 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9761.33 kJ; Białko ogółem: 111.39 g; Tłuszcz: 64.42 g; Węglowodany ogółem: 338.76 g; suma cukrów prostych: 91.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.53 g; Błonnik pokarmowy: 31.75 g; Sól: 8.91 g;		
piątek 2024-02-09		
Dieta: DZIECIĘCA 1-3		
KASZA MANNA NA MLEKU* 150ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), TWAROŻEK* 50g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , SZYNKA WP MICHAŁOWEJ* 30g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , RZODKIEWKA 20g , II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 150ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g , RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), WARZYWA GOT* 80g (SEL), SZPINAK GOTOWANY* 80g (GLU), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z/C* 250g , Podwieczerek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g ,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 30g (SOJ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR * 80g , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 30G,M. EX I SZYNKA DĘBOWĄ 20G* 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1232.20 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 5199.89 kJ; Białko ogółem: 72.17 g; Tłuszcz: 32.83 g; Węglowodany ogółem: 171.52 g; suma cukrów prostych: 55.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.55 g; Błonnik pokarmowy: 18.00 g; Sól: 4.51 g;		
piątek 2024-02-09		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
KASZA MANNA NA MLEKU* 200ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), TWAROŻEK* 50g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , SZYNKA WP MICHAŁOWEJ* 50g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , RZODKIEWKA 20g , II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 200ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g , RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g , KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z/C* 250g , SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g , Podwieczerek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR * 80g , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX. ,SAŁ I SZYNKA DĘB 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1699.31 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7161.02 kJ; Białko ogółem: 87.59 g; Tłuszcz: 50.10 g; Węglowodany ogółem: 237.70 g; suma cukrów prostych: 70.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.85 g; Błonnik pokarmowy: 25.40 g; Sól: 6.94 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-02-09		
Dieta: DZIECIĘCA 10-18		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), TWAROŻEK* 70g (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA WP MICHAŁOWEJ* 50g, BROKUŁY GOTOWANE 60g, RZODKIEWKA 20g, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET SMAŻONY (MIRUNA)* 110g (GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, SO2), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z/C* 250g, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g, Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (SOJ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR * 80g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX. SAŁ I SZYNKA DĘB 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2544.52 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10707.82 kJ; Białko ogółem: 112.05 g; Tłuszcz: 83.15 g; Węglowodany ogółem: 353.49 g; suma cukrów prostych: 84.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.51 g; Błonnik pokarmowy: 32.30 g; Sól: 8.93 g;		
piątek 2024-02-09		
Dieta: DZIECIĘCA POOPERACYJNA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 200ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA WP MICHAŁOWEJ* 50g, HERBATA Z/C* 250ml, JABŁKO PRAŻONE* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, TWAROŻEK* 70g (MLE), II Śniadanie: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 200ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), WARZYWA GOT* 100g (SEL), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z/C* 250g, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (SOJ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, Posiłek nocny: KISIEL B/C* 150ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2033.24 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8562.79 kJ; Białko ogółem: 106.97 g; Tłuszcz: 59.25 g; Węglowodany ogółem: 280.97 g; suma cukrów prostych: 71.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.04 g; Błonnik pokarmowy: 24.18 g; Sól: 7.91 g;		
piątek 2024-02-09		
Dieta: BIEGUNKOWA		
KLEIK Z KASZY MANNY* 400g (GLU), BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), POWIDŁA JABŁKOWE* 50g, HERBATA Z/C* 250ml, SUCHARY* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	RYŻANKA* 400ml (SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 110g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARCHEW GOTOWANA * 150g (MLE), HERBATA B/CUKRU* 250ml, Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	RYŻ Z JABŁKIEM* 200g (MLE), SUCHARY* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), KLEIK Z KASZY MANNY* 400g (GLU), HERBATA B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KISIEL B/C* 150ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1508.90 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6366.80 kJ; Białko ogółem: 51.42 g; Tłuszcz: 30.25 g; Węglowodany ogółem: 266.65 g; suma cukrów prostych: 37.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.10 g; Błonnik pokarmowy: 27.55 g; Sól: 2.14 g;		
piątek 2024-02-09		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
RYŻANKA* 400ml (SEL), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), TWAROŻEK* 70g (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA WP MICHAŁOWEJ* 50g, BROKUŁY GOTOWANE 60g, RZODKIEWKA 20g, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM B/GLUTENU* 400ml (MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z/C* 250g, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g, Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (SOJ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR * 80g, Posiłek nocny: KANAPKA Z PIECZ B/GLUT 50G, M.EX., SAŁ, SZYNKA DĘBOWA 20G 1Por (SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2103.37 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8832.05 kJ; Białko ogółem: 82.71 g; Tłuszcz: 63.69 g; Węglowodany ogółem: 309.69 g; suma cukrów prostych: 79.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.24 g; Błonnik pokarmowy: 32.25 g; Sól: 8.27 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-02-09		
Dieta: PAKOWATA		
KASZA MANNA NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), TWAROŻEK* 70g (MLE), JABŁKO PRAŻONE* 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , SZYNKA WP MICHAŁOWEJ MIELONA* 50g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM MIX* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PULPET RYBNY * 100g (GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), WARZYWA GOT* 100g (SEL), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z/C* 250g , SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g ,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB MIEL* 70g (SOJ), ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , Posiłek nocny: RYŻ Z JABŁKIEM* 200g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2162.24 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9111.30 kJ; Białko ogółem: 109.22 g; Tłuszcz: 54.68 g; Węglowodany ogółem: 323.93 g; suma cukrów prostych: 94.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.19 g; Błonnik pokarmowy: 30.01 g; Sól: 6.28 g;		
piątek 2024-02-09		
Dieta: PAKOWATA CUKRZYCOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), TWAROŻEK* 70g (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , JABŁKO PIECZONE* 150g , SAŁATA MASŁOWA 10g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , SZYNKA WP MICHAŁOWEJ MIELONA* 50g , II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM MIX* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PULPET RYBNY * 100g (GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), WARZYWA GOT* 100g (SEL), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻONEJ B/C* 250ml , SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g ,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB MIEL* 70g (SOJ), ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , Posiłek nocny: RYŻ Z JABŁKIEM* 200g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2132.56 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8982.56 kJ; Białko ogółem: 109.62 g; Tłuszcz: 55.08 g; Węglowodany ogółem: 315.68 g; suma cukrów prostych: 86.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.24 g; Błonnik pokarmowy: 31.89 g; Sól: 6.28 g;		
piątek 2024-02-09		
Dieta: PAKOWATA BEZ MLEKA		
KASZA MANNA NA WYW JARZ MIX* 400ml (GLU, MLE, SEL), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , SZYNKA WP MICHAŁOWEJ MIELONA* 50g , JABŁKO PRAŻONE* 60g , II Śniadanie: KISIEL * 150ml ,	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM B/ ML MIX* 400ml (GLU, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PULPET RYBNY * 100g (GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS KOPERKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), WARZYWA GOT* 100g (SEL), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z/C* 250g , SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), Podwieczorek: BISZKOPTY* 20g (GLU, JAJ, ORZ),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB MIEL* 70g (SOJ), ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , Posiłek nocny: RYŻ Z JABŁKIEM* 200g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1899.40 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8000.99 kJ; Białko ogółem: 80.44 g; Tłuszcz: 44.09 g; Węglowodany ogółem: 311.41 g; suma cukrów prostych: 80.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.70 g; Błonnik pokarmowy: 32.31 g; Sól: 5.51 g;		
piątek 2024-02-09		
Dieta: PŁYNNNA		
KASZA MANNA NA MLEKU PIYNNNA* 400ml (GLU, JAJ, MLE), JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , II Śniadanie: SOK POMARAŃCZOWY* 200ml ,	PŁYNNNA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z/C* 250g , BUDYŃ B/C* 150ml (MLE), Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	PŁYNNNA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , Posiłek nocny: KISIEL B/C* 150ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2127.50 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8954.68 kJ; Białko ogółem: 98.07 g; Tłuszcz: 66.19 g; Węglowodany ogółem: 293.42 g; suma cukrów prostych: 102.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.24 g; Błonnik pokarmowy: 22.79 g; Sól: 2.47 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-02-09		
Dieta: SONDA		
SONDA MLECZNA* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE), JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , II Śniadanie: KISIEL SONDA* 150ml ,	SONDA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), BUDYŃ SONDA* 150ml (MLE), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z/C* 250g , Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	SONDA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , Posiłek nocny: SONDA 2 ŚN,PODW* 300ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2634.42 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11063.01 kJ; Białko ogółem: 122.82 g; Tłuszcz: 93.66 g; Węglowodany ogółem: 335.04 g; suma cukrów prostych: 108.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.54 g; Błonnik pokarmowy: 31.83 g; Sól: 2.86 g;		
piątek 2024-02-09		
Dieta: SONDA BEZ MLEKA		
SONDA B/ MLEKA ŚN* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), GALARETKA OWOCOWA PŁYNNĄ* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , II Śniadanie: SOK JABŁKOWY* 200ml ,	SONDA B/MLEKA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KISIEL SONDA* 150ml , KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z/C* 250g , Podwieczorek: SOK POMIDOROWY* 1szt ,	SONDA B/ML KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , Posiłek nocny: SONDA 2 ŚN,PODW* 300ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2458.92 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10332.06 kJ; Białko ogółem: 100.94 g; Tłuszcz: 75.64 g; Węglowodany ogółem: 358.82 g; suma cukrów prostych: 92.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.60 g; Błonnik pokarmowy: 42.70 g; Sól: 3.44 g;		
piątek 2024-02-09		
Dieta: KLEIKOWA		
KLEIK Z KASZY MANNY* 400g (GLU), SUCHARY* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), HERBATA Z/C* 250ml ,	KLEIK Z KASZY MANNY* 400g (GLU), SUCHARY* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), HERBATA B/CUKRU* 250ml ,	KLEIK Z KASZY MANNY* 400g (GLU), SUCHARY* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), HERBATA B/CUKRU* 250ml , KLEIK RYŻOWY 300G 500ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 830.63 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 3517.79 kJ; Białko ogółem: 22.81 g; Tłuszcz: 7.66 g; Węglowodany ogółem: 168.13 g; suma cukrów prostych: 5.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.94 g; Błonnik pokarmowy: 15.80 g; Sól: 0.90 g;		
piątek 2024-02-09		
Dieta: PŁYNNĄ DZIECIĘCĄ		
KASZA MANNA NA MLEKU PIYNNĄ* 400ml (GLU, JAJ, MLE), HERBATA Z/C* 250ml , II Śniadanie: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE),	RYŻANKA* 400ml (SEL), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z/C* 250g , Podwieczorek: BUDYŃ* 150ml (MLE),	ZUPA GRYSIKOWA* 400ml (GLU, SEL), KISIEL* 150ml , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , Posiłek nocny: KISIEL B/C* 150ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 995.75 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 4204.01 kJ; Białko ogółem: 51.57 g; Tłuszcz: 22.69 g; Węglowodany ogółem: 150.30 g; suma cukrów prostych: 69.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.83 g; Błonnik pokarmowy: 7.43 g; Sól: 1.78 g;		
piątek 2024-02-09		
Dieta: WEGETARIAŃSKA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), MIÓD 50g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , RZODKIEWKA 20g , TWAROŻEK* 70g (MLE), II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g , KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z/C* 250g , ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g (MLE), PASTA Z CIECIERZYCY Z WARZYWAMI* 100g (GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , POMIDOR * 80g , Posiłek nocny: KISIEL B/C* 150ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2240.26 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9449.49 kJ; Białko ogółem: 89.73 g; Tłuszcz: 55.08 g; Węglowodany ogółem: 358.86 g; suma cukrów prostych: 84.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.52 g; Błonnik pokarmowy: 34.45 g; Sól: 4.18 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-02-09		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), TWAROŻEK* 70g (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA WP MICHAŁOWEJ* 50g, BROKUŁY GOTOWANE 60g, RZODKIEWKA 20g, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), RYŻ BRAZOWY NA SYPKO * 200g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z/C* 250g, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g, Podwieczorek: SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY Z OL* 130g,	CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (SOJ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR * 80g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX. ,SAŁ I SZYNKA DĘB 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2559.00 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10784.19 kJ; Białko ogółem: 116.18 g; Tłuszcz: 69.20 g; Węglowodany ogółem: 389.62 g; suma cukrów prostych: 94.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.62 g; Błonnik pokarmowy: 42.25 g; Sól: 9.78 g;		

Dietetyk

.....