

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-11		
Dieta: PODSTAWOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), OGÓREK ŚW 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , PASTA JAJECZNA Z NATKĄ* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , KAKAO NA MLEKU B/CUKRU* 250ml (<i>MLE</i>),	ZUPA BARSZCZ CZESKI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), NALEŚNIKI Z SEREM * 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (<i>MLE</i>), KIWI*/ 1szt , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), RZODKIEW BIAŁA 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M, EX, SAŁ, POŁĘDWICY SOP20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2718.71 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11428.25 kJ; Białko ogółem: 119.89 g; Tłuszcz: 85.45 g; Węglowodany ogółem: 382.90 g; suma cukrów prostych: 88.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.09 g; Błonnik pokarmowy: 32.13 g; Sól: 8.78 g;		
poniedziałek 2024-03-11		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), PASTA JAJECZNA Z NATKĄ* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , KAKAO NA MLEKU B/CUKRU* 250ml (<i>MLE</i>),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MAKARON ŚWID 200-G Z SER BIAŁ 100G I JABŁ PRAŻ 100G * 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (<i>MLE</i>), KIWI*/ 1szt , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 100g , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, SAŁATY, M. EX, POŁĘDWICY SOP 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2645.42 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11126.91 kJ; Białko ogółem: 114.04 g; Tłuszcz: 79.36 g; Węglowodany ogółem: 384.06 g; suma cukrów prostych: 95.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.96 g; Błonnik pokarmowy: 30.57 g; Sól: 8.57 g;		
poniedziałek 2024-03-11		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYŚW. WĘGL.		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PASTA JAJECZNA Z NATKĄ* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), OGÓREK ŚW 60g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAKAO NA MLEKU B/CUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml ,	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MAKARON PEŁNOZIARNISTY* 200g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KIWI*/ 1szt , SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , Podwieczorek: KANAPKA Z CHLEBA RAZ, M, SAŁ. Z SZYNKA Z INDYKA* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), HERBATA B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), RZODKIEW BIAŁA 80g , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M, EX, SAŁ, POŁĘDWICY SOP20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2653.32 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11155.37 kJ; Białko ogółem: 116.09 g; Tłuszcz: 80.05 g; Węglowodany ogółem: 378.28 g; suma cukrów prostych: 72.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.40 g; Błonnik pokarmowy: 39.10 g; Sól: 9.66 g;		
poniedziałek 2024-03-11		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PASTA Z BIAŁKA JAJKA* 60g (<i>JAJ</i>), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), POMIDOR 60g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAKAO NA MLEKU B/CUKRU* 250ml (<i>MLE</i>),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MAKARON ŚWID 200-G Z SER BIAŁ 100G I JABŁ PRAŻ 100G * 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (<i>MLE</i>), JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), KIWI*/ 1szt , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), HERBATA B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 100g , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M, EX, SAŁ, POŁĘDWICY SOP20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2693.51 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11328.99 kJ; Białko ogółem: 120.69 g; Tłuszcz: 80.79 g; Węglowodany ogółem: 386.00 g; suma cukrów prostych: 95.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.38 g; Błonnik pokarmowy: 30.10 g; Sól: 8.82 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-11 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% 5g (MLE), PASTA Z BIAŁKA JAJKA* 60g (JAJ), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g (MLE, GOR, SO2), JABŁKO PIECZONE* 150g, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml,	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY* 200g (GLU, JAJ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), BUKIET JARZYN GOT* 100g (SEL), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATKA JARZYNOWA 3skł.* 120g (MLE, SEL), Posiłek nocny: KANAPKA ZBUŁKI 50G, SAŁATY, M.EX., POŁĘDWICY SOP 20G 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2460.09 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10353.09 kJ; Białko ogółem: 114.12 g; Tłuszcz: 68.34 g; Węglowodany ogółem: 364.01 g; suma cukrów prostych: 66.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.66 g; Błonnik pokarmowy: 34.74 g; Sól: 9.00 g;		
poniedziałek 2024-03-11 Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ZOŁ		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), PASTA Z BIAŁKA JAJKA* 60g (JAJ), SCHAB GOT B/SOLI* 50g, JABŁKO PIECZONE* 150g, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: KISIEL* 150ml,	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), BUKIET JARZYN GOT* 100g (SEL), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), SAŁATKA JARZYNOWA 3skł.* 80g (MLE, SEL), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 100g (SEL, GOR), Posiłek nocny: KANAPKA ZBUŁKI 30G, M.EX., MIĘ SZYNKĄ GOT 20G* 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2366.50 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9951.31 kJ; Białko ogółem: 130.54 g; Tłuszcz: 74.62 g; Węglowodany ogółem: 310.97 g; suma cukrów prostych: 78.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.49 g; Błonnik pokarmowy: 35.28 g; Sól: 5.20 g;		
poniedziałek 2024-03-11 Dieta: BOGATOBIĄŁKOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), PASTA JAJECZNA Z NATKĄ* 60g (JAJ, MLE), SZYNKA Z LIŚCIEM* 30g (MLE, GOR, SO2), POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE), II Śniadanie: BUDYŃ* 150ml (MLE),	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), MAKARON ŚWID 200-G ZSER BIAŁ 100G I JABŁ PRAŻ 100G* 400g (GLU, JAJ, MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (MLE), KIWI*/ 1szt, JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), Podwieczorek: KANAPKA Z CHLEBA RAZ, M, SAŁ. Z SZYNKĄ Z INDYKA* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 100g (SEL, GOR), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW ŚW. W PIASTRACH 100g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M, EX, SAŁ, POŁĘDWICY SOP 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3060.27 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 12872.80 kJ; Białko ogółem: 134.48 g; Tłuszcz: 91.56 g; Węglowodany ogółem: 442.83 g; suma cukrów prostych: 114.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.89 g; Błonnik pokarmowy: 36.21 g; Sól: 9.51 g;		
poniedziałek 2024-03-11 Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
KASZA MANNA NA MLEKU* 150ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), SZYNKA Z LIŚCIEM* 40g (MLE, GOR, SO2), PASTA JAJECZNA Z NATKĄ* 50g (JAJ, MLE), POMIDOR 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE), II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 200ml (GLU, MLE, SEL), MAKARON ŚWID 100 ZSER BIAŁ 50G I JABŁ PRAŻ 50G* 200g (GLU, JAJ, MLE), JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (MLE), KIWI*/ 1szt, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, Podwieczorek: SOK POMIDOROWY* 1szt,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 50g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), MARCHEW ŚW. W PIASTRACH 100g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M, EX, SAŁ, POŁĘDWICY SOP 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1863.46 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7840.97 kJ; Białko ogółem: 88.01 g; Tłuszcz: 51.02 g; Węglowodany ogółem: 276.99 g; suma cukrów prostych: 94.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.33 g; Błonnik pokarmowy: 27.57 g; Sól: 7.82 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-11 Dieta: BEZGLUTENOWA		
KASZA KUKURYZJANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (<i>ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), OGÓREK śW 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , PASTA JAJECZNA Z NATKĄ* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , II Śniadanie: KISIEL* 150ml ,	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM B/GLUTENU* 400ml (<i>MLE, SEL</i>), MAKARON B/GLUTENOWY Z SEREM I POLEWĄ JOGURTOWO-OWOCOWĄ* 400g (<i>JAJ, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml , SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (<i>MLE</i>), KIWI*/ 1szt , Podwieczorek: SOK POMIDOROWY* 1szt ,	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (<i>ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , MARCHEW ŚW. W PIASTRACH 100g , Posiłek nocny: KANAPKA Z PIECZ B/GLUT 50G.M.EX.,SAŁ.,SZYNKA DĘBOWA20G 1Por (<i>SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2468.07 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9995.10 kJ; Białko ogółem: 84.36 g; Tłuszcz: 79.92 g; Węglowodany ogółem: 359.65 g; suma cukrów prostych: 110.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.64 g; Błonnik pokarmowy: 31.59 g; Sól: 10.54 g;		
poniedziałek 2024-03-11 Dieta: PAPKOWATA		
KASZA MANNA NA MLEKU MIX* 400ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z LIŚCIEM MIELONA* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , JABŁKO PIECZONE* 150g , PASTA JAJECZNA Z NATKĄ* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml ,	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM MIX* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU</i>), KIWI*/ 1szt , KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml , Podwieczorek: BISZKOPTY B/CIUKRU* 20g (<i>GLU, JAJ, ORZ</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml , ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWAANA MIELONA* 70g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2223.63 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9348.90 kJ; Białko ogółem: 114.48 g; Tłuszcz: 65.53 g; Węglowodany ogółem: 307.01 g; suma cukrów prostych: 97.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.17 g; Błonnik pokarmowy: 29.22 g; Sól: 6.93 g;		
poniedziałek 2024-03-11 Dieta: PŁYNNA		
KASZA MANNA NA MLEKU PIYNNA* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), II Śniadanie: KISIEL* 150ml ,	PŁYNNA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml , SEREK WANILIOWY HOM* 150ml (<i>MLE</i>), Podwieczorek: KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (<i>GLU</i>),	PŁYNNA KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2034.90 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8556.09 kJ; Białko ogółem: 102.37 g; Tłuszcz: 68.03 g; Węglowodany ogółem: 263.78 g; suma cukrów prostych: 74.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.34 g; Błonnik pokarmowy: 26.97 g; Sól: 3.96 g;		
poniedziałek 2024-03-11 Dieta: BOGATORESZTKOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), OGÓREK śW 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , II Śniadanie: SURÓWKA WARZYWNA Z OGÓRKIEM KISZ Z OLEJEM* 130g (<i>SEL</i>),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MAKARON PEŁNOZIARNISTY* 200g (<i>GLU, JAJ, SOJ</i>), KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml , Podwieczorek: KIWI*/ 1szt ,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , MARCHEW ŚW. W PIASTRACH 100g , Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), SOK POMIDOROWY* 1szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2428.66 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10214.83 kJ; Białko ogółem: 96.27 g; Tłuszcz: 69.47 g; Węglowodany ogółem: 370.44 g; suma cukrów prostych: 86.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.85 g; Błonnik pokarmowy: 48.02 g; Sól: 8.31 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-12		
Dieta: PODSTAWOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 20g,	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z PIERSI KURCZAKA W CIEŚCIE NALEŚN* 110g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), SURÓWKA Z KAPEK Z POMI I KOPER WINEGRET* 100g (<i>GOR</i>), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, BURACZKI W GLAZURZE* 100g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZAKIEM* 70g (<i>MLE, GOR</i>), OGÓREK KISZONY* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2314.06 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9500.61 kJ; Białko ogółem: 100.45 g; Tłuszcz: 76.74 g; Węglowodany ogółem: 315.41 g; suma cukrów prostych: 52.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.05 g; Błonnik pokarmowy: 23.50 g; Sól: 8.62 g;		
wtorek 2024-03-12		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<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>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 20g, HERBATA Z/C* 250ml,	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS BAZYLIOWY* 100g (<i>GLU, SEL</i>), SURÓWKA Z KAPEK Z POMI I KOPER WINEGRET* 100g (<i>GOR</i>), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, BURACZKI W GLAZURZE* 100g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZAKIEM* 70g (<i>MLE, GOR</i>), BROKUŁY GOTOWANE 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2145.44 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8810.88 kJ; Białko ogółem: 105.63 g; Tłuszcz: 55.90 g; Węglowodany ogółem: 316.85 g; suma cukrów prostych: 59.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.47 g; Błonnik pokarmowy: 27.08 g; Sól: 7.17 g;		
wtorek 2024-03-12		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 20g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS BAZYLIOWY* 100g (<i>GLU, SEL</i>), SURÓWKA Z KAPEK Z POMI I KOPER WINEGRET* 100g (<i>GOR</i>), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: JABŁKO 150g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZAKIEM* 70g (<i>MLE, GOR</i>), OGÓREK KISZONY* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: CHLEB RAZOWY * 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 20g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2241.15 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9203.96 kJ; Białko ogółem: 109.61 g; Tłuszcz: 61.29 g; Węglowodany ogółem: 326.55 g; suma cukrów prostych: 78.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.39 g; Błonnik pokarmowy: 30.83 g; Sól: 9.03 g;		
wtorek 2024-03-12		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<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>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA Z/C* 250ml,	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SURÓWKA Z KAPEK Z POMI I KOPER WINEGRET* 100g (<i>GOR</i>), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, SOS BAZYLIOWY* 100g (<i>GLU, SEL</i>), BURACZKI W GLAZURZE* 100g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZAKIEM* 70g (<i>MLE, GOR</i>), BROKUŁY GOTOWANE 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2163.84 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8892.48 kJ; Białko ogółem: 104.59 g; Tłuszcz: 55.74 g; Węglowodany ogółem: 321.73 g; suma cukrów prostych: 59.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.45 g; Błonnik pokarmowy: 24.60 g; Sól: 7.17 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-12		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
RYŻNA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYŃKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 20g, HERBATA Z/C* 250ml, II Śniadanie: BUDYŃ* 150ml (MLE),	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM B/ GLUT* 400ml (JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS JARZYNOWY B/ GLUTENOWY* 100ml (SEL), SURÓWKA ZKA PEK Z POM I KOPER WNEGRET* 100g (GOR), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, KOMPOT ZJABLIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: JABŁKO 150g,	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), SZYŃKA TOSTOWA ZKURCZĄT* 70g (MLE, GOR), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, BROKUŁY GOTOWANE 80g, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2352.09 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9661.88 kJ; Białko ogółem: 94.10 g; Tłuszcz: 64.05 g; Węglowodany ogółem: 355.91 g; suma cukrów prostych: 96.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.54 g; Błonnik pokarmowy: 25.63 g; Sól: 6.75 g;		
wtorek 2024-03-12		
Dieta: PAKOWATA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), KIEŁBASA SZYŃKOWA WP MIELONA* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g, JABŁKO PRAŻONE* 60g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, HERBATA Z/C* 250ml, II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 400ml (GLU, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS BAZYLIOWY* 100g (GLU, SEL), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, JABŁKO PIECZONE* 150g, KOMPOT ZJABLIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYŃKA TOSTOWA ZKURCZĄT MIELONA* 70g (MLE, GOR), ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, BROKUŁY PUREE* 80g, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2276.73 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9371.76 kJ; Białko ogółem: 113.81 g; Tłuszcz: 55.36 g; Węglowodany ogółem: 342.79 g; suma cukrów prostych: 96.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.06 g; Błonnik pokarmowy: 26.67 g; Sól: 7.26 g;		
wtorek 2024-03-12		
Dieta: PŁYNNA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU PŁYNNĄ* 400ml (GLU, JAJ, MLE), HERBATA Z/C* 250ml, II Śniadanie: KISIEL* 150ml, JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	PŁYNNĄ OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KOMPOT ZJABLIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, SOK JABŁKOWY* 200ml, Podwieczorek: BUDYŃ* 150ml (MLE),	PŁYNNĄ KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2194.67 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9231.54 kJ; Białko ogółem: 109.06 g; Tłuszcz: 68.44 g; Węglowodany ogółem: 295.66 g; suma cukrów prostych: 96.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.84 g; Błonnik pokarmowy: 26.19 g; Sól: 3.56 g;		
wtorek 2024-03-12		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYŃKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 20g, HERBATA Z/C* 250ml, II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 400ml (GLU, SEL), RYŻ BRAZOWY NA SYPKO* 200g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS BAZYLIOWY* 100g (GLU, SEL), SURÓWKA ZKA PEK Z POM I KOPER WNEGRET* 100g (GOR), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, KOMPOT ZJABLIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: JABŁKO 150g,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), SZYŃKA TOSTOWA ZKURCZĄT* 70g (MLE, GOR), BROKUŁY GOTOWANE 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2550.76 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10525.88 kJ; Białko ogółem: 114.11 g; Tłuszcz: 56.98 g; Węglowodany ogółem: 414.41 g; suma cukrów prostych: 81.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.60 g; Błonnik pokarmowy: 41.10 g; Sól: 9.45 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-13		
Dieta: PODSTAWOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SCHAB WP. PAROWANY* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, PAPPYKA ŚWIEŻA* 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA ROSZPONKA* 15g,	ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ŁAZANKI Z KAPUSTĄ KISZONĄ BIAŁĄ i MIĘSEM WP* 350g (<i>GLU, SOJ</i>), BROKUŁY GOTOWANE* 100g, POMARAŃCZA 1/2 SZT* 150g, WODA ŻRÓDLANA NIEGAZ 500ml,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 70g, SAŁATKA JARZYNOWA ZW* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX, POL DROB ANI 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2306.64 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9680.80 kJ; Białko ogółem: 107.44 g; Tłuszcz: 97.18 g; Węglowodany ogółem: 282.89 g; suma cukrów prostych: 58.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.26 g; Błonnik pokarmowy: 28.45 g; Sól: 10.84 g;		
środa 2024-03-13		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SCHAB WP. PAROWANY* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW KARB GOT Z ŻOŁ* 60g, SAŁATA ROSZPONKA* 15g,	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMN DIET* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g (<i>SEL</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 100g, SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), WODA ŻRÓDLANA NIEGAZ 500ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 70g, SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX, POL DROB ANI 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2334.19 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9817.20 kJ; Białko ogółem: 109.59 g; Tłuszcz: 79.66 g; Węglowodany ogółem: 329.52 g; suma cukrów prostych: 45.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.40 g; Błonnik pokarmowy: 33.54 g; Sól: 7.70 g;		
środa 2024-03-13		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), SCHAB WP. PAROWANY* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, PAPPYKA ŚWIEŻA* 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA ROSZPONKA* 15g, II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMN DIET* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g (<i>SEL</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 100g, WODA ŻRÓDLANA NIEGAZ 500ml, Podwieczorek: KIWI 150g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 70g, SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: CHLEB RAZOWY* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 5g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 20g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2457.85 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10338.77 kJ; Białko ogółem: 114.83 g; Tłuszcz: 77.85 g; Węglowodany ogółem: 360.39 g; suma cukrów prostych: 64.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.18 g; Błonnik pokarmowy: 36.24 g; Sól: 8.03 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-13		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
<p>PLATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMARAŃCZA 1/2SZT* 130g , PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , SCHAB WP. PAROWANY* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA ROSZPONKA* 15g ,</p> <p>II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),</p>	<p>ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMN DIET* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OLI 100g (<i>SEL</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 100g , WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml ,</p> <p>Podwieczorek: KIWI 150g ,</p>	<p>CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 70g , SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,</p> <p>Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, MEX, POL DROB ANI 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2621.41 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11027.10 kJ; Białko ogółem: 119.41 g; Tłuszcz: 80.50 g; Węglowodany ogółem: 393.10 g; suma cukrów prostych: 76.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.30 g; Błonnik pokarmowy: 41.14 g; Sól: 8.33 g;</p>		
czwartek 2024-03-14		
Dieta: PODSTAWOWA		
<p>KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA LITEWSKA* 50g , SER BIAŁY KROJONY * 70g (<i>MLE</i>), KALAFIOR GOTOWANY* 60g , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),</p>	<p>ZUPA KRUPNIK JĘCZMIENNY Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PIECZEŃ WP GOT* 110g , SOS PIECZENIOWY* 100g (<i>GLU, SEL</i>), SAŁATKA Z BURAKA, JABŁKA, OGÓRK KISZ Z JOG* 100g (<i>MLE</i>), FASOLKA SZPARAGOWA GOT* 100g , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml ,</p>	<p>CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), GALARETKA Z MIĘSEM DROBIOWYM I WARZYWAMI* 180g (<i>SEL</i>), CYTRYNA* 10g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 50g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml ,</p> <p>Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2168.26 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8768.05 kJ; Białko ogółem: 133.20 g; Tłuszcz: 64.63 g; Węglowodany ogółem: 276.25 g; suma cukrów prostych: 59.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.10 g; Błonnik pokarmowy: 27.27 g; Sól: 6.93 g;</p>		
czwartek 2024-03-14		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
<p>KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SER BIAŁY KROJONY * 70g (<i>MLE</i>), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), KALAFIOR GOTOWANY* 60g , POMIDOR 60g , SZYNKA LITEWSKA* 50g , SAŁATA MASŁOWA 10g ,</p>	<p>ZUPA KRUPNIK JĘCZMIENNY Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PIECZEŃ WP GOT* 110g , SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLI 100g , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MARCHEW W GLAZURZE* 100g (<i>MLE</i>),</p>	<p>BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), GALARETKA Z MIĘSEM DROBIOWYM I WARZYWAMI* 180g (<i>SEL</i>), CYTRYNA* 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 50g ,</p> <p>Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2215.56 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8958.18 kJ; Białko ogółem: 132.78 g; Tłuszcz: 72.30 g; Węglowodany ogółem: 272.83 g; suma cukrów prostych: 65.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.11 g; Błonnik pokarmowy: 30.41 g; Sól: 6.19 g;</p>		
czwartek 2024-03-14		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
<p>KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SER BIAŁY KROJONY * 70g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), KALAFIOR GOTOWANY* 60g , SZYNKA LITEWSKA* 50g , SAŁATA MASŁOWA 10g ,</p> <p>II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt ,</p>	<p>ZUPA KRUPNIK JĘCZMIENNY Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PIECZEŃ WP GOT* 110g , SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLI 100g , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ</i>),</p> <p>Podwieczorek: KISIEL B/C* 150ml ,</p>	<p>CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), GALARETKA Z MIĘSEM DROBIOWYM I WARZYWAMI* 180g (<i>SEL</i>), CYTRYNA* 10g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 50g ,</p> <p>Posiłek nocny: CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO 82% 10g (<i>MLE</i>), POLEDWCA SOPOCKA 30g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA MASŁOWA 15g ,</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2407.32 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9757.51 kJ; Białko ogółem: 137.56 g; Tłuszcz: 81.10 g; Węglowodany ogółem: 298.33 g; suma cukrów prostych: 65.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.64 g; Błonnik pokarmowy: 34.88 g; Sól: 8.28 g;</p>		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-14 Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), DŻEM * 70g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), KALAFIOR GOTOWANY* 60g, KALAFIOR GOTOWANY* 60g, SZYNKA LITEWSKA* 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g,	ZUPA KRUPNIK JĘCZMIENNY Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PIECZEŃ WP GOT* 110g, SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLI 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), GALARETKA Z MIĘSEM DROBIOWYM I WARZYWAMI* 180g (<i>SEL</i>), CYTRYNA* 10g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 50g, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2300.63 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9314.03 kJ; Białko ogółem: 121.48 g; Tłuszcz: 72.85 g; Węglowodany ogółem: 303.71 g; suma cukrów prostych: 88.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.09 g; Błonnik pokarmowy: 27.11 g; Sól: 5.95 g;		
czwartek 2024-03-14 Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), DŻEM * 70g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), SZYNKA LITEWSKA* 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g	ZUPA KRUPNIK JĘCZMIENNY Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PIECZEŃ WP GOT* 110g, MARCHEW W GLAZURZE* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (<i>MLE</i>), GALARETKA Z MIĘSEM DROBIOWYM I WARZYWAMI* 180g (<i>SEL</i>), MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 70g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2263.73 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9172.68 kJ; Białko ogółem: 118.45 g; Tłuszcz: 61.76 g; Węglowodany ogółem: 324.59 g; suma cukrów prostych: 102.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.30 g; Błonnik pokarmowy: 30.65 g; Sól: 6.30 g;		
czwartek 2024-03-14 Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt., JABŁKO PIECZONE* 150g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g (<i>SEL, GOR</i>), II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>),	ZUPA KRUPNIK JĘCZMIENNY Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PIECZEŃ RZYMSKA* 110g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARCHEW W GLAZURZE* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU</i>), Podwieczorek: PODPLÓMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2331.27 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9456.93 kJ; Białko ogółem: 107.74 g; Tłuszcz: 66.34 g; Węglowodany ogółem: 339.17 g; suma cukrów prostych: 72.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.91 g; Błonnik pokarmowy: 30.46 g; Sól: 5.36 g;		
czwartek 2024-03-14 Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA LITEWSKA* 50g, KALAFIOR GOTOWANY* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), KALAFIOR GOTOWANY* 60g, SER BIAŁY KROJONY * 70g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, II Śniadanie: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>),	ZUPA KRUPNIK JĘCZMIENNY Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PIECZEŃ WP GOT* 110g, SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLI 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, MARCHEW W GLAZURZE* 100g (<i>MLE</i>), Podwieczorek: KANAPKA Z CHLEBA RAZM ,SAŁ I SZYNKĄ DĘB* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), GALARETKA Z MIĘSEM DROBIOWYM I WARZYWAMI* 180g (<i>SEL</i>), CYTRYNA* 10g, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 60g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), HERBATA B/CUKRU* 250ml, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 50g, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2564.56 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10427.78 kJ; Białko ogółem: 160.72 g; Tłuszcz: 81.46 g; Węglowodany ogółem: 311.78 g; suma cukrów prostych: 69.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.92 g; Błonnik pokarmowy: 32.25 g; Sól: 9.65 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-14		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA LITEWSKA* 50g, SER BIAŁY KROJONY * 70g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g, KALAFIOR GOTOWANY* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA KRUPNIK JĘCZMIENNY Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLI 100g, SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MARCHEW W GLAZURZE* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, Podwieczorek: KISIEL B/C* 150ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 60g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), POMIDOR 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 50g, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1979.75 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7976.53 kJ; Białko ogółem: 112.41 g; Tłuszcz: 56.99 g; Węglowodany ogółem: 267.99 g; suma cukrów prostych: 77.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.34 g; Błonnik pokarmowy: 29.64 g; Sól: 8.17 g;		
czwartek 2024-03-14		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (<i>ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SER BIAŁY KROJONY * 70g (<i>MLE</i>), KALAFIOR GOTOWANY* 60g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, KALAFIOR GOTOWANY* 60g, SZYNKA LITEWSKA* 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, II Śniadanie: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA KRUPNIK JĘCZMIENNY Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PIECZEŃ WP GOT* 110g, SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLI 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, SOS JARZYNOWY B/ GLUTENOWY* 100ml (<i>SEL</i>), MARCHEW W GLAZURZE* 100g (<i>MLE</i>), Podwieczorek: KISIEL B/C* 150ml,	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (<i>ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), GALARETKA Z MIĘSEM DROBIOWYM I WARZYWAMI* 180g (<i>SEL</i>), CYTRYNA* 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 50g, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2267.40 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9156.99 kJ; Białko ogółem: 117.63 g; Tłuszcz: 75.86 g; Węglowodany ogółem: 287.26 g; suma cukrów prostych: 84.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.41 g; Błonnik pokarmowy: 29.54 g; Sól: 6.18 g;		
czwartek 2024-03-14		
Dieta: PAKOWATA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU MIX* 400ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA LITEWSKA MIELONA* 50g, JABŁKO PIECZONE* 150g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), KALAFIOR GOTOWANY* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA KRUPNIK JĘCZMIENNY Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PIECZEŃ RZYMSKA* 110g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARCHEW W GLAZURZE* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Podwieczorek: KISIEL B/C* 150ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), GALARETKA Z MIĘSEM DROBIOWYM I WARZYWAMI* 180g (<i>SEL</i>), ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 70g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2066.46 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8341.29 kJ; Białko ogółem: 119.13 g; Tłuszcz: 58.50 g; Węglowodany ogółem: 282.17 g; suma cukrów prostych: 87.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.43 g; Błonnik pokarmowy: 34.90 g; Sól: 7.90 g;		
czwartek 2024-03-14		
Dieta: PŁYNNA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU PŁYNNA* 400ml (<i>JAJ, MLE</i>), SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>),	PŁYNNA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), Podwieczorek: KISIEL B/C* 150ml,	PŁYNNA KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2072.79 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8356.44 kJ; Białko ogółem: 116.75 g; Tłuszcz: 72.49 g; Węglowodany ogółem: 246.25 g; suma cukrów prostych: 75.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.21 g; Błonnik pokarmowy: 23.80 g; Sól: 3.59 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-14		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
KASZA KUKURYZJANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SER BIAŁY KROJONY * 70g (<i>MLE</i>), KAWA ZBÓŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), KALAFIOR GOTOWANY* 60g, KALAFIOR GOTOWANY* 60g, SZYNKA LITEWSKA* 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA KRUPNIK JĘCZMIENNY Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), MAKARON PEŁNOZIARNISTY* 200g (<i>GLU, JAJ, SOJ</i>), PIECZEŃ WP GOT* 110g, SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OL/ 100g, KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, MARCHEW W GLAZURZE* 100g (<i>MLE</i>), Podwieczorek: BROKUŁY GOTOWANE 150g,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), GALARETKA Z MIĘSEM DROBIOWYM I WARZYWAMI* 180g (<i>SEL</i>), CYTRYNA* 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOLAMI* 50g, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2591.07 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10550.34 kJ; Białko ogółem: 151.09 g; Tłuszcz: 74.06 g; Węglowodany ogółem: 345.03 g; suma cukrów prostych: 77.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.22 g; Błonnik pokarmowy: 46.38 g; Sól: 8.46 g;		
piątek 2024-03-15		
Dieta: PODSTAWOWA		
RYŻ NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PASTA Z JAJKA I BROKUŁ* 60g (<i>JAJ, GOR</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, OGÓREK KISZONY* 60g, MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 60g,	ZUPA GROCHOWA Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET SMAŻONY (MIRUNA)* 110g (<i>GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SURÓWKA WARSZAWANKA Z OL* 100g, KOMPOT TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA B/C* 250g, MANDARYNKA 100g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 120g (<i>MLE</i>), POMIDOR * 80g, SAŁATA MASŁOWA 15g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KRAKERSY - CIASTKA SŁONE 15g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2383.24 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10014.21 kJ; Białko ogółem: 96.92 g; Tłuszcz: 80.05 g; Węglowodany ogółem: 335.58 g; suma cukrów prostych: 74.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.92 g; Błonnik pokarmowy: 31.79 g; Sól: 5.80 g;		
piątek 2024-03-15		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
RYŻ NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PASTA Z JAJKA I BROKUŁ* 60g (<i>JAJ, GOR</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 60g, JABŁKO PRAŻONE* 60g,	ZUPA KOPERKOWA Z RYŻEM* 400ml (<i>MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), MANDARYNKA 100g, SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g (<i>SEL</i>), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA B/C* 250g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 120g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 15g, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY* 20g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2010.48 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8466.59 kJ; Białko ogółem: 88.60 g; Tłuszcz: 59.99 g; Węglowodany ogółem: 294.84 g; suma cukrów prostych: 65.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.01 g; Błonnik pokarmowy: 30.00 g; Sól: 3.79 g;		
piątek 2024-03-15		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYŚW. WĘGL.		
RYŻ NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PASTA Z JAJKA I BROKUŁ* 60g (<i>JAJ, GOR</i>), OGÓREK KISZONY* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, POWIDŁA JABŁKOWE* 50g, MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 60g, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	MANDARYNKA 100g, ZUPA KOPERKOWA Z RYŻEM* 400ml (<i>MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), MANDARYNKA 100g, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA B/C* 250g, Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 120g (<i>MLE</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 15g, POMIDOR * 80g, Posiłek nocny: CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO 82% 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDMCA SOPOCKA WP* 30g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA MASŁOWA 15g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2138.91 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9005.90 kJ; Białko ogółem: 98.12 g; Tłuszcz: 64.86 g; Węglowodany ogółem: 304.91 g; suma cukrów prostych: 73.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.30 g; Błonnik pokarmowy: 26.56 g; Sól: 5.96 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-15		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
RYŻNA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), PASTA Z JAJKA I BROKUŁ* 60g (JAJ, GOR), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 60g, JABŁKO PRAŻONE* 60g, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA KOPERKOWA Z RYŻEM* 400ml (MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), MANDARYNKA 100g, BANAN 1szt, KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), TWAROŻEK* 120g (MLE), POMIDOR 60g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 15g, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY* 20g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2067.08 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8716.12 kJ; Białko ogółem: 89.38 g; Tłuszcz: 58.15 g; Węglowodany ogółem: 309.49 g; suma cukrów prostych: 102.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.28 g; Błonnik pokarmowy: 23.84 g; Sól: 3.15 g;		
piątek 2024-03-15		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
RYŻNA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), PASTA Z JAJKA I BROKUŁ* 60g (JAJ, GOR), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 60g, JABŁKO PRAŻONE* 60g, II Śniadanie: KISIEL* 150ml,	ZUPA RYŻOWA* 400ml (MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), MANDARYNKA 100g, KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, MANDARYNKA 100g, Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), TWAROŻEK* 120g (MLE), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 15g, POMIDOR * 80g, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 2 SZT* 20g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2088.47 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8774.52 kJ; Białko ogółem: 77.22 g; Tłuszcz: 67.52 g; Węglowodany ogółem: 300.45 g; suma cukrów prostych: 82.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.65 g; Błonnik pokarmowy: 23.89 g; Sól: 3.61 g;		
piątek 2024-03-15		
Dieta: PAPKOWATA		
RYŻNA MLEKU MIX* 400ml (MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), PASTA Z JAJKA I BROKUŁ* 60g (JAJ, GOR), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, BROKUŁY PUREE * 60g, JABŁKO PRAŻONE* 60g, II Śniadanie: KISIEL* 150ml,	ZUPA KOPERKOWA Z RYŻEM* 400ml (MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET RYBNY * 100g (GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS KOPERKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), WARZYWA GOTOWANE* 100g (SEL), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, JABŁKO PIECZ 1szt, Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), TWAROŻEK* 120g (MLE), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), POMIDOR B/SKÓRY 80g, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1993.45 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8396.34 kJ; Białko ogółem: 103.53 g; Tłuszcz: 56.01 g; Węglowodany ogółem: 284.72 g; suma cukrów prostych: 88.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.23 g; Błonnik pokarmowy: 29.64 g; Sól: 4.41 g;		
piątek 2024-03-15		
Dieta: PŁYNNA		
RYŻNA MLEKU PŁYNNA* 400ml (JAJ, MLE), JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA PŁYNNA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	PŁYNNA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/CIUKRU* 250ml, KISIEL* 150ml, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	PŁYNNA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), BUDYŃ* 150ml (MLE), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1944.17 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8175.09 kJ; Białko ogółem: 97.06 g; Tłuszcz: 65.30 g; Węglowodany ogółem: 250.76 g; suma cukrów prostych: 73.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.39 g; Błonnik pokarmowy: 24.17 g; Sól: 3.90 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-17		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , BROKUŁY GOTOWANE 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (<i>MLE</i>), RZODKIEWKA 20g ,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , UDKO GOTOWANE* 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml , SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH,JABŁ,KUK ZJOG/ 100g (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), POMIDOR 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2310.88 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9714.63 kJ; Białko ogółem: 132.16 g; Tłuszcz: 78.88 g; Węglowodany ogółem: 281.96 g; suma cukrów prostych: 49.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.21 g; Błonnik pokarmowy: 27.37 g; Sól: 7.65 g;		
niedziela 2024-03-17		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g , WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (<i>MLE</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml ,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , UDKO GOTOWANE* 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2255.70 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9483.02 kJ; Białko ogółem: 129.47 g; Tłuszcz: 76.19 g; Węglowodany ogółem: 274.97 g; suma cukrów prostych: 46.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.01 g; Błonnik pokarmowy: 23.35 g; Sól: 7.57 g;		
niedziela 2024-03-17		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (<i>MLE</i>), WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), SZYMKOWA WP GOT B/SOLI* 50g , TWAROŻEK*/ 100g (<i>MLE</i>), II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 110g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml , SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU</i>), Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA WP GOT B/SOLI* 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2467.97 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10394.31 kJ; Białko ogółem: 156.13 g; Tłuszcz: 69.95 g; Węglowodany ogółem: 317.45 g; suma cukrów prostych: 67.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.22 g; Błonnik pokarmowy: 28.16 g; Sól: 5.06 g;		
niedziela 2024-03-17		
Dieta: BOGATOBIĄŁKOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g , TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (<i>MLE</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , BROKUŁY GOTOWANE 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , RZODKIEWKA 20g , II Śniadanie: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , UDKO GOTOWANE* 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml , SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH,JABŁ,KUK ZJOG/ 100g (<i>MLE</i>), Podwieczorek: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 50g (<i>SEL, GOR</i>), POMIDOR 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2598.72 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10927.20 kJ; Białko ogółem: 159.59 g; Tłuszcz: 86.25 g; Węglowodany ogółem: 311.42 g; suma cukrów prostych: 69.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.21 g; Błonnik pokarmowy: 30.33 g; Sól: 9.13 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-17		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
<p>PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (<i>MLE</i>), RZODKIEWKA 20g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml ,</p> <p>II Śniadanie: KISIEL Z TARTYM JABŁKIEM B/CIUKRU* 150ml ,</p>	<p>ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , UDKO GOTOWANE* 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml , SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ, KUK ZJOG/ 100g (<i>MLE</i>),</p> <p>Podwieczorek: KIWI 150g ,</p>	<p>BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), POMIDOR 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml ,</p> <p>Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2255.38 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9474.33 kJ; Białko ogółem: 128.98 g; Tłuszcz: 77.99 g; Węglowodany ogółem: 274.10 g; suma cukrów prostych: 66.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.93 g; Błonnik pokarmowy: 29.54 g; Sól: 7.00 g;</p>		
niedziela 2024-03-17		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
<p>RYŻNA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), PIECZYWO B/GLUTENOWE* 100g (<i>ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g , TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (<i>MLE</i>), BROKUŁY GOTOWANE 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , RZODKIEWKA 20g ,</p> <p>II Śniadanie: KISIEL* 150ml ,</p>	<p>ROSÓŁ Z MAKARONEM BEZGLUTEN* 400ml (<i>JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , UDKO GOTOWANE* 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), MARCHEW GOTOWANA * 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml , SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ, KUK ZJOG/ 100g (<i>MLE</i>),</p> <p>Podwieczorek: KIWI 150g ,</p>	<p>PIECZYWO B/GLUTENOWE* 120g (<i>ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), POMIDOR 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml ,</p> <p>Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY* 10g (<i>SEZ</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2331.04 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9774.02 kJ; Białko ogółem: 115.50 g; Tłuszcz: 81.49 g; Węglowodany ogółem: 291.61 g; suma cukrów prostych: 74.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.87 g; Błonnik pokarmowy: 27.64 g; Sól: 6.91 g;</p>		
niedziela 2024-03-17		
Dieta: PAKOWATA		
<p>PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU MIX* 400ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA MIELONA* 50g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (<i>MLE</i>),</p> <p>II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml ,</p>	<p>ROSÓŁ Z MAKARONEM MIX* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 110g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml ,</p> <p>Podwieczorek: JABŁKO PIECZONE* 150g ,</p>	<p>BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 120g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g ,</p> <p>Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2084.80 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8774.36 kJ; Białko ogółem: 126.78 g; Tłuszcz: 60.59 g; Węglowodany ogółem: 272.15 g; suma cukrów prostych: 70.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.18 g; Błonnik pokarmowy: 27.80 g; Sól: 4.78 g;</p>		
niedziela 2024-03-17		
Dieta: PŁYNNNA		
<p>PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU PŁYNNNA* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml ,</p> <p>II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA PŁYNNNA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>),</p>	<p>PŁYNNNA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml , KISIEL* 150ml ,</p> <p>Podwieczorek: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>),</p>	<p>PŁYNNNA KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), RYŻ Z JABŁKIEM* 200g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml ,</p> <p>Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2099.63 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8825.03 kJ; Białko ogółem: 110.76 g; Tłuszcz: 70.27 g; Węglowodany ogółem: 266.41 g; suma cukrów prostych: 60.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.64 g; Błonnik pokarmowy: 27.69 g; Sól: 3.83 g;</p>		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-17		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), SAŁATA MASŁOWA 10g, TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (MLE), RZODKIEWKA 20g, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ROSÓŁ Z MAKARONEM PEŁNOZIARNISTYM* 400ml (GLU, JAJ, SOJ, SEL), RYŻ BRĄZOWY NA SYPKO * 200g, UDKO GOTOWANE* 160g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (GLU, MLE), KOMPOTZ CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml, SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁKUK Z JOG/ 100g (MLE), Podwieczorek: BROKUŁY GOTOWANE 150g,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), SURÓWKA WARZYWNA Z OGÓRKIEM KISZ Z OLEJEM* 130g (SEL), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 15g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2721.40 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11436.60 kJ; Białko ogółem: 142.83 g; Tłuszcz: 89.09 g; Węglowodany ogółem: 357.64 g; suma cukrów prostych: 63.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.52 g; Błonnik pokarmowy: 48.89 g; Sól: 8.66 g;		

Dietetyk

.....