

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 (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 20g,	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 400ml (GLU, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z PIERSI KURCZAKA W CIEŚCIE NALEŚN* 110g (GLU, JAJ, MLE), SURÓWKA Z KA PEK Z POM I KOPER WINEGRET* 100g (GOR), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, BURACZKI W GLAZURZE* 100g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g (MLE, GOR), OGÓREK KISZONY* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE),
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: PODSTAWOWA BEZ MLEKA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZ* 350ml (GLU, MLE, SEL), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 20g, HERBATA ZC* 250ml,	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ B/MLEKA* 400ml (GLU, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z PIERSI KURCZAKA W CIEŚCIE NALEŚN B/ML* 100g (GLU, JAJ), SURÓWKA Z KA PEK Z POM I KOPER WINEGRET* 100g (GOR), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g (MLE, GOR), PASTA DROBOWO-WARZYWNA* 80g (SEL, GOR), OGÓREK KISZONY* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), SOK POMIDOROWY* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2243.96 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9202.39 kJ; Białko ogółem: 86.29 g; Tłuszcz: 74.18 g; Węglowodany ogółem: 321.25 g; suma cukrów prostych: 51.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.68 g; Błonnik pokarmowy: 30.56 g; Sól: 9.08 g;		
wtorek 2024-03-12		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 20g, HERBATA ZC* 250ml,	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 400ml (GLU, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS BAZYLIOWY* 100g (GLU, SEL), SURÓWKA Z KA PEK Z POM I KOPER WINEGRET* 100g (GOR), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, BURACZKI W GLAZURZE* 100g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g (MLE, GOR), BROKUŁY GOTOWANE 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE),
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: ŁATWOSTR. BEZ MLEKA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZ* 350ml (GLU, MLE, SEL), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA ZC* 250ml, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 20g,	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ B/MLEKA* 400ml (GLU, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS BAZYLIOWY* 100g (GLU, SEL), SURÓWKA Z KA PEK Z POM I KOPER WINEGRET* 100g (GOR), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM ZC* 250g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g (MLE, GOR), PASTA DROBOWO-WARZYWNA* 80g (SEL, GOR), BROKUŁY GOTOWANE 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ ZC* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), SOK POMIDOROWY* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2135.94 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8767.04 kJ; Białko ogółem: 94.25 g; Tłuszcz: 55.93 g; Węglowodany ogółem: 329.24 g; suma cukrów prostych: 64.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.52 g; Błonnik pokarmowy: 34.16 g; Sól: 7.67 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-12 Dieta: ŁATWOSTR. POŁOŻNICZA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNNA KAJZERKA 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt , MASŁO EXTRA 82% 20g (MLE), CUKINIA PAROWANA Z ZIOLAMI* 60g , POMIDOR B/SKÓRY 60g, HERBATA ZC* 250ml, II Śniadanie: GALARETKA MLECZNA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ),	ZUPA JARZYNOWA Z ZACIERKA* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), BURACZKI W GLAZURZE* 100g , SOS BAZYLIOWY* 100g (GLU, SEL), KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, JABŁKO PIECZONE* 150g,	BUŁKA PSZENNNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 20g (MLE), SZYNKA TOSTOWA ZKURCZĄT* 70g (MLE, GOR), BROKUŁY GOTOWANE B/LODYGI 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2424.29 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9981.23 kJ; Białko ogółem: 109.78 g; Tłuszcz: 68.21 g; Węglowodany ogółem: 354.98 g; suma cukrów prostych: 77.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.21 g; Błonnik pokarmowy: 27.67 g; Sól: 7.33 g;		
wtorek 2024-03-12 Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), TWAROŻEK* 70g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , MIX SAŁAT* 20g , HERBATA B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKA* 400ml (GLU, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS BAZYLIOWY* 100g (GLU, SEL), SURÓWKA Z KA PEK Z POM I KOPER WINEGRET* 100g (GOR), BURACZKI W GLAZURZE* 100g , KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: JABŁKO 150g ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 15g (MLE), SZYNKA TOSTOWA ZKURCZĄT* 70g (MLE, GOR), OGÓREK KISZONY* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: CHLEB RAZOWY * 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 20g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), 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: Z OGR.Ł/PRZYSW.WĘGL.B/S		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), SCHAB GOT B/SOLI* 50g , TWAROŻEK* 70g (MLE), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), POMIDOR 60g , MIX SAŁAT* 20g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKA B/SOLI* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SURÓWKA Z KA PEK Z POM I KOPER WINEGRET* 100g (GOR), KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g , SOS BAZYLIOWY* 100g (GLU, SEL), BURACZKI W GLAZURZE* 100g , Podwieczorek: JABŁKO 150g ,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (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 B/SOLI* 80g (SEL, GOR), BROKUŁY GOTOWANE 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2295.15 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9652.98 kJ; Białko ogółem: 135.39 g; Tłuszcz: 66.88 g; Węglowodany ogółem: 303.37 g; suma cukrów prostych: 84.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.75 g; Błonnik pokarmowy: 33.04 g; Sól: 5.28 g;		
wtorek 2024-03-12 Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL. 1500		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 150ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), TWAROŻEK* 50g (MLE), POMIDOR 60g , MIX SAŁAT* 20g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKA* 200ml (GLU, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), BURACZKI W GLAZURZE* 100g , SURÓWKA Z KA PEK Z POM I KOPER WINEGRET* 100g (GOR), KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g , Podwieczorek: JABŁKO 100g ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 20g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 5g (MLE), SZYNKA TOSTOWA ZKURCZĄT* 50g (MLE, GOR), OGÓREK KISZONY* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1459.31 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 5982.28 kJ; Białko ogółem: 94.80 g; Tłuszcz: 36.10 g; Węglowodany ogółem: 196.97 g; suma cukrów prostych: 61.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.57 g; Błonnik pokarmowy: 19.41 g; Sól: 7.05 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-12 Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL1500B/ML		
<p>PLĄTKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZ * 200ml (GLU, MLE, SEL), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA * 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), POWIDŁA JABŁKOWE* 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 20g, HERBATA B/CUKRU* 250ml,</p> <p>II Śniadanie: KANAPKA Z CHL. RAZ 30G, M. EX, SZYNKA DĘB DR 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ),</p>	<p>ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ B/MLEKA* 200ml (GLU, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SURÓWKA Z KA PEK ZPOM I KOPER WINEGRE* 100g (GOR), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g,</p> <p>Podwieczorek: JABŁKO 150g,</p>	<p>CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 20g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 10g (MLE), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g (MLE, GOR), OGÓREK KISZONY* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml,</p> <p>Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1478.76 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 5989.09 kJ; Białko ogółem: 72.36 g; Tłuszcz: 39.96 g; Węglowodany ogółem: 219.33 g; suma cukrów prostych: 61.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.16 g; Błonnik pokarmowy: 27.38 g; Sól: 8.30 g;</p>		
wtorek 2024-03-12 Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL. B/ML		
<p>PLĄTKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZ* 350ml (GLU, MLE, SEL), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), POWIDŁA JABŁKOWE* 70g, MIX SAŁAT* 20g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CUKRU* 250ml,</p> <p>II Śniadanie: KANAPKA Z CHL. RAZ 30G, M. EX, SZYNKA DĘB DR 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ),</p>	<p>ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ B/MLEKA* 400ml (GLU, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS BAZYLIOWY* 100g (GLU, SEL), SURÓWKA Z KA PEK ZPOM I KOPER WINEGRE* 100g (GOR), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g,</p> <p>Podwieczorek: JABŁKO 150g,</p>	<p>CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g (MLE, GOR), OGÓREK KISZONY* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml,</p> <p>Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2015.88 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8250.64 kJ; Białko ogółem: 86.26 g; Tłuszcz: 52.54 g; Węglowodany ogółem: 316.08 g; suma cukrów prostych: 68.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.68 g; Błonnik pokarmowy: 37.36 g; Sól: 9.78 g;</p>		
wtorek 2024-03-12 Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGLNISKOTŁ		
<p>PLĄTKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), TWAROŻEK* 70g (MLE), POWIDŁA JABŁKOWE* 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 100g, HERBATA B/CUKRU* 250ml,</p> <p>II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),</p>	<p>ZUPA JARZYNOWA Z ZACIERKĄ* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS BAZYLIOWY* 100g (GLU, SEL), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, JABŁKO PIECZONE* 150g, KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g,</p> <p>Podwieczorek: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 30G, M.R., FILETA KRÓL. 30G, SAŁATY 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),</p>	<p>CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g (MLE, GOR), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 10g (MLE), BROKUŁY GOTOWANE BŁODYGI 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml,</p> <p>Posiłek nocny: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2363.85 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9723.77 kJ; Białko ogółem: 128.25 g; Tłuszcz: 61.12 g; Węglowodany ogółem: 340.71 g; suma cukrów prostych: 90.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.08 g; Błonnik pokarmowy: 34.89 g; Sól: 8.01 g;</p>		
wtorek 2024-03-12 Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
<p>PLĄTKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA Z/C* 250ml,</p>	<p>ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 400ml (GLU, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SURÓWKA Z KA PEK ZPOM I KOPER WINEGRE* 100g (GOR), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, SOS BAZYLIOWY* 100g (GLU, SEL), BURACZKI W GLAZURZE* 100g,</p>	<p>BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g (MLE, GOR), BROKUŁY GOTOWANE 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml,</p> <p>Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE),</p>
<p>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;</p>		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-12 Dieta: O KONT.ZAW.KW.TŁ B/M		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZ* 350ml (GLU, MLE, SEL), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNKA KAJSZERKA 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA Z/C* 250ml, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 20g,	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ B/MLEKA* 400ml (GLU, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS BAZYLIOWY* 100g (GLU, SEL), SURÓWKA Z KA PEK ZPOM I KOPER WINEGRET* 100g (GOR), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g,	CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNKA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g (MLE, GOR), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 80g (SEL, GOR), BROKUŁY GOTOWANE 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 80g (SEL, GOR), Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), SOK POMIDOROWY* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2239.86 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9203.30 kJ; Białko ogółem: 104.87 g; Tłuszcz: 62.60 g; Węglowodany ogółem: 329.72 g; suma cukrów prostych: 57.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.61 g; Błonnik pokarmowy: 34.11 g; Sól: 7.94 g;		
wtorek 2024-03-12 Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNKA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, JABŁKA PRAŻONE* 60g, HERBATA Z/C* 250ml,	ZUPA JARZYNOWA Z ZACIERKĄ* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, SOS BAZYLIOWY* 100g (GLU, SEL), JABŁKO PIECZONE* 150g,	BUŁKA PSZENNKA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g (MLE, GOR), BROKUŁY GOTOWANE B/LODYGI 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2271.30 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9349.53 kJ; Białko ogółem: 106.26 g; Tłuszcz: 51.90 g; Węglowodany ogółem: 357.33 g; suma cukrów prostych: 82.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.69 g; Błonnik pokarmowy: 27.61 g; Sól: 7.29 g;		
wtorek 2024-03-12 Dieta: ŁATWOSTRAWNA BEZ TŁ		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNKA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, HERBATA Z/C* 250ml, JABŁKA PRAŻONE* 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g,	ZUPA JARZYNOWA Z ZACIERKĄ* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS BAZYLIOWY* 100g (GLU, SEL), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, JABŁKO PIECZONE* 150g, KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g,	BUŁKA PSZENNKA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g (MLE, GOR), BROKUŁY GOTOWANE B/LODYGI 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2124.20 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8744.73 kJ; Białko ogółem: 106.16 g; Tłuszcz: 35.65 g; Węglowodany ogółem: 357.22 g; suma cukrów prostych: 82.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.11 g; Błonnik pokarmowy: 27.61 g; Sól: 7.26 g;		
wtorek 2024-03-12 Dieta: Z OGR.SUB.POB.WS.ŻOŁ		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNKA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SCHAB GOT B/SOLI* 50g, TWAROŻEK* 70g (MLE), JABŁKO PRAŻONE* 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, HERBATA Z/C* 250ml, II Śniadanie: BUDYN* 150ml (MLE),	ZUPA JARZYNOWA Z ZACIERKĄ* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI 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 Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	BUŁKA PSZENNKA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 80g (SEL, GOR), BROKUŁY GOTOWANE B/LODYGI 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2422.53 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10196.76 kJ; Białko ogółem: 129.70 g; Tłuszcz: 68.96 g; Węglowodany ogółem: 335.09 g; suma cukrów prostych: 101.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.75 g; Błonnik pokarmowy: 29.71 g; Sól: 5.27 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-12 Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNĄ KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), KIELBASA SZYŃKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA Z/C* 250ml, II Śniadanie: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZĄKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS BAZYLIOWY* 100g (<i>GLU, SEL</i>), SURÓWKA Z KAPEK Z POM I KOPER WINEGRET* 100g (<i>GOR</i>), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: JABŁKO PIECZONE Z SEREM* 150g (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g (<i>MLE, GOR</i>), BROKUŁY GOTOWANE 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/UCUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2325.17 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9564.52 kJ; Białko ogółem: 126.05 g; Tłuszcz: 62.87 g; Węglowodany ogółem: 326.08 g; suma cukrów prostych: 91.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.56 g; Błonnik pokarmowy: 27.93 g; Sól: 7.45 g;		
wtorek 2024-03-12 Dieta: DZIECIĘCA 1-3		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 150ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNĄ KROJ * 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), KIELBASA SZYŃKOWA WP* 30g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), TWAROŻEK* 40g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/UCUKRU* 250ml, II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 100ml (<i>MLE</i>),	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 150ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 75g (<i>MLE</i>), PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI W GLAZURZE* 80g, JABŁKO PIECZONE* 100g, KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: BISZKOPTY B/UCUKRU* 20g (<i>GLU, JAJ, ORZ</i>),	BUŁKA PSZENNĄ KROJ * 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), BROKUŁY GOTOWANE 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/UCUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1226.07 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 5161.30 kJ; Białko ogółem: 68.59 g; Tłuszcz: 33.49 g; Węglowodany ogółem: 169.63 g; suma cukrów prostych: 61.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.29 g; Błonnik pokarmowy: 16.20 g; Sól: 4.46 g;		
wtorek 2024-03-12 Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 150ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNĄ KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, KIELBASA SZYŃKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA Z/C* 250ml, II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 100ml (<i>MLE</i>),	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 200ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g, FILET Z KURCZĄKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS BAZYLIOWY* 100g (<i>GLU, SEL</i>), SURÓWKA Z KAPEK Z POM I KOPER WINEGRET* 100g (<i>GOR</i>), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: JABŁKO 150g,	BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), BROKUŁY GOTOWANE 80g, SAŁATA MASŁOWA* 5g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/UCUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1755.78 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7393.03 kJ; Białko ogółem: 88.20 g; Tłuszcz: 42.98 g; Węglowodany ogółem: 263.77 g; suma cukrów prostych: 68.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.22 g; Błonnik pokarmowy: 22.06 g; Sól: 6.36 g;		
wtorek 2024-03-12 Dieta: DZIECIĘCA 10-18		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), KIELBASA SZYŃKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BUŁKA PSZENNĄ KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA Z/C* 250ml, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 20g, II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZĄKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SURÓWKA Z KAPEK Z POM 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, Podwieczorek: JABŁKO 150g,	BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), BROKUŁY GOTOWANE 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/UCUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2360.45 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9940.38 kJ; Białko ogółem: 109.02 g; Tłuszcz: 59.81 g; Węglowodany ogółem: 358.81 g; suma cukrów prostych: 85.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.41 g; Błonnik pokarmowy: 27.62 g; Sól: 8.19 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% 1 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 PSZENNNA 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 PSZENNNA 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: PAKOWATA CIUKRZYCOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), KIEŁBASA SZYŃKOWA WP MIELONA* 50g (MLE, GOR, SO2), TWAROŻEK* 70g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, CIUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 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: SOK POMIDOROWY* 1szt,	MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYŃKA TOSTOWA ZKURCZĄT MIELONA* 70g (MLE, GOR), ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), BROKUŁY PUREE* 80g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2089.43 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8568.29 kJ; Białko ogółem: 124.50 g; Tłuszcz: 59.87 g; Węglowodany ogółem: 275.95 g; suma cukrów prostych: 98.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.73 g; Błonnik pokarmowy: 29.07 g; Sól: 8.28 g;		
wtorek 2024-03-12		
Dieta: PAKOWATA BEZ MLEKA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZ MIX* 400ml (GLU, MLE, SEL), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, JABŁKA PRAŻONE* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA Z/C* 250ml, KIEŁBASA SZYŃKOWA WP MIELONA* 50g (MLE, GOR, SO2), POMIDOR B/SKÓRY 60g, II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ B/MLEKA* 400ml (GLU, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, SOS BAZYLIOWY* 100g (GLU, SEL), KOMPOT Z JABLIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, JABŁKO PIECZONE* 150g, Podwieczorek: SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/CIUK* 1szt,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYŃKA TOSTOWA ZKURCZĄT MIELONA* 70g (MLE, GOR), ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, BROKUŁY PUREE* 80g, Posiłek nocny: KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1983.46 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8134.42 kJ; Białko ogółem: 83.06 g; Tłuszcz: 44.08 g; Węglowodany ogółem: 326.97 g; suma cukrów prostych: 71.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.45 g; Błonnik pokarmowy: 28.83 g; Sól: 5.82 g;		
wtorek 2024-03-12		
Dieta: PLYNNA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU PLYNNA* 400ml (GLU, JAJ, MLE), HERBATA Z/C* 250ml, II Śniadanie: KISIEL* 150ml, JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	PLYNNA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KOMPOT Z JABLIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, SOK JABŁKOWY* 200ml, Podwieczorek: BUDYŃ* 150ml (MLE),	PLYNNA 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;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-12 Dieta: SONDA		
SONDA MLECZNA* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>), HERBATA ZC* 250ml, KISIEL* 150ml, II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	SONDA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), SOK JABŁKOWY* 200ml, KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),	SONDA KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (<i>GLU</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2425.39 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10186.97 kJ; Białko ogółem: 120.73 g; Tłuszcz: 84.67 g; Węglowodany ogółem: 303.51 g; suma cukrów prostych: 104.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.93 g; Błonnik pokarmowy: 26.85 g; Sól: 3.10 g;		
wtorek 2024-03-12 Dieta: SONDA BEZ MLEKA		
SONDA B/ MLEKA ŚN* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), HERBATA ZC* 250ml, SOK JABŁKOWY* 200ml, II Śniadanie: KISIEL* 150ml,	GALARETKA OWOCOWA PŁYNNA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>), SONDA B/MLEKA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: SOK WARZYWNO-OWOCOWY* 1szt,	SONDA B/ML KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (<i>GLU</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2126.66 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8934.63 kJ; Białko ogółem: 88.44 g; Tłuszcz: 65.14 g; Węglowodany ogółem: 310.05 g; suma cukrów prostych: 77.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.61 g; Błonnik pokarmowy: 37.41 g; Sól: 3.14 g;		
wtorek 2024-03-12 Dieta: KLEIKOWA		
KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (<i>GLU</i>), SUCHARY* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>), HERBATA ZC* 250ml,	KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (<i>GLU</i>), SUCHARY* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>), HERBATA ZC* 250ml,	KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (<i>GLU</i>), SUCHARY* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KLEIK ZKASZY MANNY* 200g (<i>GLU</i>), SUCHARY 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 830.88 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 3516.16 kJ; Białko ogółem: 24.53 g; Tłuszcz: 9.58 g; Węglowodany ogółem: 161.44 g; suma cukrów prostych: 10.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.12 g; Błonnik pokarmowy: 19.29 g; Sól: 1.19 g;		
wtorek 2024-03-12 Dieta: WEGETARIAŃSKA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, TWAROŻEK*/ 100g (<i>MLE</i>), HERBATA ZC* 250ml, MIX SAŁAT* 20g, II Śniadanie: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, BURACZKI W GLAZURZE* 100g, SURÓWKA Z KA PEK Z POM I KOPER WINEGRET* 100g (<i>GOR</i>), GULASZ Z KOSTKI SOJOWEJ Z WARZYWAMI* 180g (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL</i>), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: JABŁKO 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% 15g (<i>MLE</i>), SER ŻÓŁTY * 60g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, BROKUŁY GOTOWANE 80g, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2484.18 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10445.18 kJ; Białko ogółem: 103.73 g; Tłuszcz: 76.23 g; Węglowodany ogółem: 359.51 g; suma cukrów prostych: 93.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.75 g; Błonnik pokarmowy: 29.63 g; Sól: 6.31 g;		
wtorek 2024-03-12 Dieta: BOGATORESZTKOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, 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>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 20g, HERBATA ZC* 250ml, II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), RYŻ BRAZOWY NA SYPKO * 200g, FILET Z KURCZĄKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS BAZYLIOWY* 100g (<i>GLU, SEL</i>), SURÓWKA Z KA PEK Z POM I KOPER WINEGRET* 100g (<i>GOR</i>), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: JABŁKO 150g,	CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 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% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 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]: 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

Dietetyk

.....