

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-16		
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>), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml ,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), GULASZ DROBIOWY * 180g (<i>GLU</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), JABŁKO 150g , KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250g ,	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>), SZYNKA GOT W SIATCE* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), OGÓREK śW 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2305.88 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9702.11 kJ; Białko ogółem: 99.63 g; Tłuszcz: 64.78 g; Węglowodany ogółem: 345.78 g; suma cukrów prostych: 75.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.95 g; Błonnik pokarmowy: 31.10 g; Sól: 7.44 g;		
sobota 2024-03-16		
Dieta: PODSTAWOWA BEZ MLEKA		
KASZA MANNA NA WYWARZE JARZ* 350ml (<i>GLU, MLE, SEL</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>), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml , WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM B/ MLEKA* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), KASZA GRYCZANA NA SYPKO 200g , GULASZ DROBIOWY * 180g (<i>GLU</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250g , 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% 1 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA GOT W SIATCE* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), OGÓREK śW 80g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50g, M.EX Z SZYNKA Z INDYKA20g* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2296.51 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9647.74 kJ; Białko ogółem: 94.90 g; Tłuszcz: 72.48 g; Węglowodany ogółem: 332.00 g; suma cukrów prostych: 47.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.83 g; Błonnik pokarmowy: 33.41 g; Sól: 7.97 g;		
sobota 2024-03-16		
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>), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), GULASZ DROBIOWY * 180g (<i>GLU</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250g , JABŁKO 150g ,	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>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , SZYNKA GOT W SIATCE* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ, M, SAŁ. Z SZYNKA Z INDYKA* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2382.05 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10009.99 kJ; Białko ogółem: 102.41 g; Tłuszcz: 74.24 g; Węglowodany ogółem: 341.93 g; suma cukrów prostych: 61.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.64 g; Błonnik pokarmowy: 33.46 g; Sól: 8.15 g;		
sobota 2024-03-16		
Dieta: ŁATWOSTR. BEZ MLEKA		
KASZA MANNA NA WYWARZE JARZ* 350ml (<i>GLU, MLE, SEL</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>), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM B/ MLEKA* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), GULASZ DROBIOWY * 180g (<i>GLU</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250g , JABŁKO 150g ,	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>), SZYNKA GOT W SIATCE* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , Posiłek nocny: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2277.54 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9570.84 kJ; Białko ogółem: 93.17 g; Tłuszcz: 69.17 g; Węglowodany ogółem: 336.38 g; suma cukrów prostych: 63.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.83 g; Błonnik pokarmowy: 33.97 g; Sól: 7.05 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-16 Dieta: ŁATWOSTR. POŁOŻNICZA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 20g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), HERBATA B/CUKRU* 250ml, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), JABŁKO PIECZONE* 150g, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), GULASZ DROBIOWY * 180g (GLU), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (GLU), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250g , DYNIA DUSZONA* 100g (GLU),	BUŁKA PSZENNNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 20g (MLE), HERBATA B/CUKRU* 250ml , SZYNKA GOT W SIATCE* 70g (MLE, GOR, SO2), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , Posiłek nocny: BUDYŃ* 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2665.19 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11202.66 kJ; Białko ogółem: 108.40 g; Tłuszcz: 88.90 g; Węglowodany ogółem: 371.52 g; suma cukrów prostych: 95.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.27 g; Błonnik pokarmowy: 28.94 g; Sól: 7.85 g;		
sobota 2024-03-16 Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), HERBATA B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), GULASZ DROBIOWY * 180g (GLU), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (MLE), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g , JABŁKO 150g , Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), OGÓREK śW 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , SZYNKA GOT W SIATCE* 70g (MLE, GOR, SO2), 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]: 2425.00 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10200.87 kJ; Białko ogółem: 106.43 g; Tłuszcz: 70.15 g; Węglowodany ogółem: 358.22 g; suma cukrów prostych: 63.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.31 g; Błonnik pokarmowy: 33.67 g; Sól: 8.73 g;		
sobota 2024-03-16 Dieta: Z OGR.Ł/PRZYSW.WĘGL.B/S		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), HERBATA B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g (SEL, GOR), II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMN B/ SOLI* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), GULASZ DROBIOWY * 180g (GLU), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (MLE), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g , JABŁKO 150g , Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g ,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 80g , OGÓREK śW 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M. EX SAŁ, SERA B 50G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2523.37 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10611.79 kJ; Białko ogółem: 127.85 g; Tłuszcz: 76.50 g; Węglowodany ogółem: 348.37 g; suma cukrów prostych: 65.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.16 g; Błonnik pokarmowy: 34.97 g; Sól: 4.89 g;		
sobota 2024-03-16 Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL. 1500		
KASZA MANNA 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), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), HERBATA B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 200ml (MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 100g (GLU), GULASZ DROBIOWY * 180g (GLU), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (MLE), JABŁKO 100g , KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g , Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 20g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), SZYNKA GOT W SIATCE* 50g (MLE, GOR, SO2), OGÓREK śW 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA ZCHL. RAZ30, M. EX, SAŁ, POŁĘDWICY SOP 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1567.14 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6589.45 kJ; Białko ogółem: 83.70 g; Tłuszcz: 46.31 g; Węglowodany ogółem: 215.32 g; suma cukrów prostych: 46.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.33 g; Błonnik pokarmowy: 23.67 g; Sól: 6.46 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-16 Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL1500B/ML		
KASZA MANNA NA WYWARZE JARZ* 150ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO-ŻYTNÍ* 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), POMIDOR 60g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMN B/ MLEKA* 200ml (<i>SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 100g (<i>GLU</i>), GULASZ DROBIOWY * 180g (<i>GLU</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, JABŁKO 100g, Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNÍ* 20g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA GOT W SIATCE* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), OGÓREK śW 80g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: KANAPKA ZCHL. RAZ30, M. EX, SAŁ, POŁĘDWICY SOP 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1553.72 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6523.96 kJ; Białko ogółem: 78.29 g; Tłuszcz: 49.84 g; Węglowodany ogółem: 211.05 g; suma cukrów prostych: 40.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.45 g; Błonnik pokarmowy: 27.46 g; Sól: 8.01 g;		
sobota 2024-03-16 Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL. B/ML		
KASZA MANNA NA WYWARZE JARZ* 350ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNÍ* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, POMIDOR 60g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMN B/ MLEKA* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), GULASZ DROBIOWY * 180g (<i>GLU</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, JABŁKO 150g, Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNÍ* 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>), SZYNKA GOT W SIATCE* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), OGÓREK śW 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA ZCHLEBA RAZ 50G, M, EX, SAŁ, POŁĘDWICY SOP 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2305.71 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9693.55 kJ; Białko ogółem: 95.06 g; Tłuszcz: 65.17 g; Węglowodany ogółem: 353.47 g; suma cukrów prostych: 49.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.00 g; Błonnik pokarmowy: 38.93 g; Sól: 9.48 g;		
sobota 2024-03-16 Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGLNISKOTŁ		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNÍ* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g, SER BIAŁY KROJONY* 70g (<i>MLE</i>), II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), GULASZ DROBIOWY * 180g (<i>GLU</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNÍ* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SZYNKA GOT W SIATCE* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, Posiłek nocny: KANAPKA ZCHLEBA RAZ 50G, M, EX, SAŁ, POŁĘDWICY SOP 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2465.71 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10376.40 kJ; Białko ogółem: 112.90 g; Tłuszcz: 65.14 g; Węglowodany ogółem: 373.64 g; suma cukrów prostych: 75.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.86 g; Błonnik pokarmowy: 34.83 g; Sól: 8.71 g;		
sobota 2024-03-16 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>), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), GULASZ DROBIOWY * 180g (<i>GLU</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250g, JABŁKO 150g,	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>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA GOT W SIATCE* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), Posiłek nocny: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2455.33 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10339.73 kJ; Białko ogółem: 93.01 g; Tłuszcz: 65.06 g; Węglowodany ogółem: 388.35 g; suma cukrów prostych: 78.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.26 g; Błonnik pokarmowy: 29.55 g; Sól: 7.08 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-16 Dieta: O KONT.ZAW.KW.TŁ B/M		
KASZA MANNA NA WYWARZE JARZ* 350ml (GLU, MLE, SEL), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), HERBATA B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMN B/ MLEKA* 400ml (GLU, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), GULASZ DROBIOWY * 180g (GLU), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (MLE), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250g, JABŁKO 150g,	CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), SZYNKA GOT W SIATCE* 70g (MLE, GOR, SO2), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M. EX SAŁATY, POL DROB ANI 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2382.06 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10023.60 kJ; Białko ogółem: 83.79 g; Tłuszcz: 65.64 g; Węglowodany ogółem: 379.40 g; suma cukrów prostych: 50.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.39 g; Błonnik pokarmowy: 32.17 g; Sól: 7.58 g;		
sobota 2024-03-16 Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), HERBATA B/CUKRU* 250ml, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, JABŁKO PIECZONE* 150g,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), GULASZ DROBIOWY * 180g (GLU), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (GLU), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250g, DYNIA DUSZONA* 100g (GLU),	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKA GOT W SIATCE* 70g (MLE, GOR, SO2), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), BUDYŃ* 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2499.49 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10530.64 kJ; Białko ogółem: 93.96 g; Tłuszcz: 62.90 g; Węglowodany ogółem: 403.00 g; suma cukrów prostych: 88.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.38 g; Błonnik pokarmowy: 28.96 g; Sól: 7.16 g;		
sobota 2024-03-16 Dieta: ŁATWOSTRAWNA BEZ TŁ		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), HERBATA B/CUKRU* 250ml, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, JABŁKO PIECZONE* 150g,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), GULASZ DROBIOWY * 180g (GLU), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (GLU), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250g, DYNIA DUSZONA* 100g (GLU),	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SZYNKA GOT W SIATCE* 70g (MLE, GOR, SO2), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, Posiłek nocny: BUDYŃ* 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2349.89 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9915.44 kJ; Białko ogółem: 93.82 g; Tłuszcz: 46.40 g; Węglowodany ogółem: 402.86 g; suma cukrów prostych: 88.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.43 g; Błonnik pokarmowy: 28.96 g; Sól: 7.15 g;		
sobota 2024-03-16 Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), HERBATA B/CUKRU* 250ml, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g (SEL, GOR), JABŁKO PIECZONE* 150g, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 200ml (MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (GLU), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250g, DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), Podwieczorek: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SCHAB GOT B/SOLI * 70g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), Posiłek nocny: BUDYŃ* 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2376.71 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10009.08 kJ; Białko ogółem: 105.16 g; Tłuszcz: 67.12 g; Węglowodany ogółem: 350.83 g; suma cukrów prostych: 96.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.95 g; Błonnik pokarmowy: 26.28 g; Sól: 4.11 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-16		
Dieta: BOGATOBIĄŁKOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, POMIDOR 60g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), GULASZ DROBIOWY * 180g (GLU), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (MLE), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250g, JABŁKO 150g, Podwieczorek: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),	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 GOT W SIATCE* 70g (MLE, GOR, SO2), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNA B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA ZBUŁKI50G, SAŁATY, M.EX, POŁĘDWICY SOP 20G 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2580.75 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10853.39 kJ; Białko ogółem: 113.23 g; Tłuszcz: 78.87 g; Węglowodany ogółem: 369.65 g; suma cukrów prostych: 81.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.05 g; Błonnik pokarmowy: 31.38 g; Sól: 8.81 g;		
sobota 2024-03-16		
Dieta: DZIECIĘCA 1-3		
KASZA MANNA NA MLEKU* 150ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 30g (SOJ), MIÓD JEDN 25g/op. 1szt, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 150ml (MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 75g, KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 50ml (GLU, MLE, SEL), BURACZKI OPRÓSZANE* 80g (GLU), BUKIET WARZYW GOT KRÓLEWSKI* 80g (MLE), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250g, Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	BUŁKA PSZENNNA KROJ * 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SZYNKA GOT W SIATCE* 30g (MLE, GOR, SO2), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNA B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA ZBUŁKI 30g ZM.EX I SZYNKA Z INDYKA 30g * 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1248.70 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 5250.96 kJ; Białko ogółem: 53.56 g; Tłuszcz: 37.52 g; Węglowodany ogółem: 183.13 g; suma cukrów prostych: 50.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.12 g; Błonnik pokarmowy: 18.63 g; Sól: 4.20 g;		
sobota 2024-03-16		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
KASZA MANNA NA MLEKU* 150ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 200ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 100g (GLU), GULASZ DROBIOWY * 180g (GLU), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (MLE), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250g, JABŁKO 100g, Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), SZYNKA GOT W SIATCE* 50g (MLE, GOR, SO2), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNA B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: BUDYŃ * 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1738.43 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7326.77 kJ; Białko ogółem: 76.66 g; Tłuszcz: 41.28 g; Węglowodany ogółem: 275.54 g; suma cukrów prostych: 68.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.21 g; Błonnik pokarmowy: 22.41 g; Sól: 5.51 g;		
sobota 2024-03-16		
Dieta: DZIECIĘCA 10-18		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), GULASZ DROBIOWY * 180g (GLU), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (MLE), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250g, JABŁKO 150g, Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA GRAN ZCYTRYNA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA GOT W SIATCE* 70g (MLE, GOR, SO2), Posiłek nocny: BUDYŃ * 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2591.53 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10915.58 kJ; Białko ogółem: 100.11 g; Tłuszcz: 68.58 g; Węglowodany ogółem: 408.03 g; suma cukrów prostych: 86.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.30 g; Błonnik pokarmowy: 30.69 g; Sól: 7.49 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-16		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), PIECZYWO B/GLUTENOWE* 100g (ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZJPA SZPINAKOWA Z ZIEMN B/ GLUTENU* 400ml (MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, GULASZ DROBOWY B/GLUTENU* 180g , BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (MLE), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250g , JABŁKO 150g , Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	PIECZYWO B/GLUTENOWE* 120g (ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , SZYNKA GOT W SIATCE* 70g (MLE, GOR, SO2), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: BUDYŃ* 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2404.42 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9718.13 kJ; Białko ogółem: 97.88 g; Tłuszcz: 86.54 g; Węglowodany ogółem: 315.59 g; suma cukrów prostych: 92.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.05 g; Błonnik pokarmowy: 28.28 g; Sól: 7.86 g;		
sobota 2024-03-16		
Dieta: PAPPKOWATA		
KASZA MANNA NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), HERBATA B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt , JABŁKO PIECZONE* 150g , POŁĘDWICA SOP DROB MIEL* 60g (SOJ), II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZJPA SZPINAKOWA Z ZIEMN MIX* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , KLOPSIK DROBOWY GOT DIETA* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (GLU), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250g , DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKA GOTW SIATCE MIELONA* 70g (MLE, GOR, SO2), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , ZJPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , Posiłek nocny: BUDYŃ* 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2379.31 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10017.26 kJ; Białko ogółem: 103.75 g; Tłuszcz: 63.00 g; Węglowodany ogółem: 363.13 g; suma cukrów prostych: 102.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.02 g; Błonnik pokarmowy: 29.67 g; Sól: 6.68 g;		
sobota 2024-03-16		
Dieta: PAPPKOWATA CIUKRZYCOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB MIEL* 70g (SOJ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), JABŁKO PIECZONE* 150g , PASTA JAJECZNA* 60g (JAJ, MLE), II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZJPA SZPINAKOWA Z ZIEMN MIX* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , KLOPSIK DROBOWY GOT DIETA* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (GLU), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g , Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , SZYNKA GOTW SIATCE MIELONA* 70g (MLE, GOR, SO2), ZJPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2210.08 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9291.65 kJ; Białko ogółem: 111.79 g; Tłuszcz: 67.50 g; Węglowodany ogółem: 301.12 g; suma cukrów prostych: 88.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.14 g; Błonnik pokarmowy: 26.74 g; Sól: 6.99 g;		
sobota 2024-03-16		
Dieta: PAPPKOWATA BEZ MLEKA		
KASZA MANNA NA WYW JARZ MIX* 400ml (GLU, MLE, SEL), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g , WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), HERBATA B/CIUKRU* 250ml , JABŁKO PIECZONE* 150g , MIÓD JEDN 25g/op. 2szt , POŁĘDWICA SOP DROB MIEL* 60g (SOJ), II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZJPA SZPINAKOWA Z ZIEMN B/ML MIX* 400ml (GLU, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , KLOPSIK DROBOWY GOT DIETA* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (GLU), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250g , DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKA GOTW SIATCE MIELONA* 70g (MLE, GOR, SO2), ZJPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/CIUK* 1szt , WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2107.14 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8865.13 kJ; Białko ogółem: 83.08 g; Tłuszcz: 51.08 g; Węglowodany ogółem: 345.03 g; suma cukrów prostych: 87.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.38 g; Błonnik pokarmowy: 34.93 g; Sól: 7.21 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-16		
Dieta: PŁYNNA		
KASZA MANNA NA MLEKU PIYNNNA* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml , GALARETKA OWOCOWA PLYNNA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>), II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),	PŁYNNA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250g , KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), Podwieczorek: KISIEL* 150ml ,	PŁYNNA KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM B/CIUK* 200ml (<i>GLU, MLE</i>), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: SOK POMARAŃCZOWY* 200ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2059.45 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8663.17 kJ; Białko ogółem: 92.36 g; Tłuszcz: 65.08 g; Węglowodany ogółem: 284.87 g; suma cukrów prostych: 93.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.92 g; Błonnik pokarmowy: 24.23 g; Sól: 2.24 g;		
sobota 2024-03-16		
Dieta: SONDA		
SONDA MLECZNA* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>), GALARETKA OWOCOWA PLYNNA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml , II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	SONDA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KISIEL* 150ml , KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250g , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 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 ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: SOK POMARAŃCZOWY* 200ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2261.31 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9496.71 kJ; Białko ogółem: 105.90 g; Tłuszcz: 80.31 g; Węglowodany ogółem: 286.71 g; suma cukrów prostych: 93.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.78 g; Błonnik pokarmowy: 26.24 g; Sól: 2.40 g;		
sobota 2024-03-16		
Dieta: SONDA BEZ MLEKA		
SONDA B/ MLEKA ŚN* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml , GALARETKA OWOCOWA PLYNNA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>), II Śniadanie: SOK JABŁKOWY* 200ml ,	SONDA B/MLEKA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KISIEL* 150ml , KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250g , Podwieczorek: SOK POMIDOROWY* 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 B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: SOK POMARAŃCZOWY* 200ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2202.66 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9259.43 kJ; Białko ogółem: 88.52 g; Tłuszcz: 65.29 g; Węglowodany ogółem: 328.63 g; suma cukrów prostych: 94.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.62 g; Błonnik pokarmowy: 37.11 g; Sól: 3.15 g;		
sobota 2024-03-16		
Dieta: KLEIKOWA		
KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (<i>GLU</i>), SUCHARY* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml ,	KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (<i>GLU</i>), SUCHARY* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>), HERBATA Z/C* 250ml ,	KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (<i>GLU</i>), SUCHARY* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KLEIK ZKASZY MANNY* 200g (<i>GLU</i>), SUCHARY 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 804.93 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 3406.11 kJ; Białko ogółem: 24.41 g; Tłuszcz: 9.54 g; Węglowodany ogółem: 155.02 g; suma cukrów prostych: 5.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.12 g; Błonnik pokarmowy: 18.99 g; Sól: 1.19 g;		
sobota 2024-03-16		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , POMIDOR 60g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), II Śniadanie: GREJFRUT* 200g ,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), GULASZ DROBIOWY * 180g (<i>GLU</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM Z/C* 250g , JABŁKO 150g , Podwieczorek: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G ,M.EX,SAŁ. Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),	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% t 15g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , SZYNKA GOT W SIATCE* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SURÓWKA ZKAP PEK Z PAPRYKĄ 100g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G ,M.EX,SAŁ. Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2829.80 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11889.89 kJ; Białko ogółem: 118.96 g; Tłuszcz: 85.65 g; Węglowodany ogółem: 415.92 g; suma cukrów prostych: 80.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.16 g; Błonnik pokarmowy: 42.92 g; Sól: 11.00 g;		

Dietetyk

.....