

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-03-21</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <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> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <i>JAJ</i> ), SAŁATA LODOWA* 20g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), OGÓREK ŚW 60g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ),	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMNIAK* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , UDZIEC ZKURCZAKA PIECZONY* 80g , SOS JARZYNOWY* 100ml ( <i>GLU, SEL</i> ), SURÓWKA ZKAP PEK,MARCH,JABŁ,KUK Z WMNEGR* 100g ( <i>GOR</i> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <i>GLU</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 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% t 15g ( <i>MLE</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA*/ 40g ( <i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , SAŁATKA Z MAK,KUK,BROK,MAR,WĘD ZW* 120g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), POMIDOR* 50g , <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2272.78 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9550.11 kJ; Białko ogółem: 103.36 g; Tłuszcz: 76.66 g; Węglowodany ogółem: 305.64 g; suma cukrów prostych: 67.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.99 g; Błonnik pokarmowy: 28.15 g; Sól: 7.58 g;		
<b>czwartek 2024-03-21</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA BEZ MLEKA</b>		
KASZA MANNA NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <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> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <i>JAJ</i> ), OGÓREK ŚW 60g , SAŁATA LODOWA* 20g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml ,	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMN B/ MLEKA* 400ml ( <i>GLU, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g , SOS JARZYNOWY* 100ml ( <i>GLU, SEL</i> ), SURÓWKA ZKAP PEK,MARCH,JABŁ,KUK Z WMNEGR* 100g ( <i>GOR</i> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <i>GLU</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 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% t 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA*/ 40g ( <i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , SAŁATKA Z MAK,KUK,BROK,MAR,WĘD ZW* 120g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), POMIDOR* 50g , <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA ZBUŁKI 50G, M. EX I SZYNKĄ DĘBOWĄ 20G 1Por ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2167.70 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9100.55 kJ; Białko ogółem: 90.02 g; Tłuszcz: 74.67 g; Węglowodany ogółem: 298.62 g; suma cukrów prostych: 35.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.03 g; Błonnik pokarmowy: 30.76 g; Sól: 7.67 g;		
<b>czwartek 2024-03-21</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
KASZA MANNA 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> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <i>JAJ</i> ), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ), SAŁATA LODOWA* 20g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), JABŁKO 150g ,	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMNIAK DIETA* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g , SOS JARZYNOWY* 100ml ( <i>GLU, SEL</i> ), SURÓWKA ZKAP PEK,MARCH,JABŁ,KUK Z WMNEGR* 100g ( <i>GOR</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml , BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <i>GLU</i> ),	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> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA*/ 40g ( <i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), SAŁATKA Z MAK,KUK,BROK,WĘD,JOG* 120g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), POMIDOR* 50g , <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2213.96 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9302.79 kJ; Białko ogółem: 103.81 g; Tłuszcz: 69.78 g; Węglowodany ogółem: 307.33 g; suma cukrów prostych: 81.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.78 g; Błonnik pokarmowy: 31.46 g; Sól: 7.18 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-03-21</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTR. BEZ MLEKA</b>		
KASZA MANNA NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), CHLEB GRAHAM* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), SAŁATA LODOWA* 20g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), JABŁKO 150g,	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMN B/ MLEKA* 400ml ( <b>GLU, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g, SOS JARZYNOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ, KUK Z WNEGR* 100g ( <b>GOR</b> ), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml, BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <b>GLU</b> ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB GRAHAM* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA*/ 40g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATKA Z MAK, KUK, BROK, MAK, WĘD, OL* 120g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), POMIDOR* 50g, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z BUŁKI 50G, M. EX I SZYNKĄ DĘBOWĄ 20G 1Por ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2253.49 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9447.28 kJ; Białko ogółem: 90.08 g; Tłuszcz: 84.29 g; Węglowodany ogółem: 299.75 g; suma cukrów prostych: 48.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.72 g; Błonnik pokarmowy: 34.07 g; Sól: 7.27 g;		
<b>czwartek 2024-03-21</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTR. POŁOŻNICZA</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 20g ( <b>MLE</b> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ), POMIDOR B/SKÓRY 60g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, <b>II Śniadanie:</b> KANAPKA Z BUŁKI 30G, M. EX, POŁĘDWICY SOP30G* 1Por ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</b> ),	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMNIAK DIETA* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g, SOS JARZYNOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml, BANAN 1szt,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 120g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 20g ( <b>MLE</b> ), HERBATA B/CUKRU* 250ml, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA*/ 40g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), SAŁATKA Z MAK, KUK, BROK, WĘD, JOG* 120g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2569.15 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10810.17 kJ; Białko ogółem: 110.46 g; Tłuszcz: 81.71 g; Węglowodany ogółem: 361.70 g; suma cukrów prostych: 106.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.15 g; Błonnik pokarmowy: 27.80 g; Sól: 7.98 g;		
<b>czwartek 2024-03-21</b>		
<b>Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ), SAŁATA LODOWA* 20g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), OGÓREK śW 60g, <b>II Śniadanie:</b> KRAKERSY 15g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</b> ),	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMNIAK DIETA* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g, SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ, KUK Z WNEGR* 100g ( <b>GOR</b> ), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml, SOS JARZYNOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <b>GLU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA*/ 40g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), SAŁATKA Z MAK, KUK, BROK, WĘD, JOG* 120g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), POMIDOR* 50g, <b>Posiłek nocny:</b> CHLEB RAZOWY* 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO ROŚLINNE 10g ( <b>MLE</b> ), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 20g, SAŁATA MASŁOWA 15g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2287.51 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9608.59 kJ; Białko ogółem: 105.49 g; Tłuszcz: 76.61 g; Węglowodany ogółem: 310.36 g; suma cukrów prostych: 63.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.73 g; Błonnik pokarmowy: 34.54 g; Sól: 9.56 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-03-21</b>		
<b>Dieta: Z OGR.Ł/PRZYSW.WĘGL.B/S</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), HERBATA B/CUKRU* 250ml, SAŁATA LODOWA* 20g, JABŁKO 150g, PASTA DROBNO-WARZYWNA* 60g ( <b>SEL, GOR</b> ), <b>II Śniadanie:</b> KANAPKA Z BUŁKI 30G, M.R., OGÓRKIEM ŚW 30G 1Por ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ),	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMN B/SOLI* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g ( <b>MLE</b> ), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g, SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ, KUK Z WINEGR* 100g ( <b>GOR</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml, SOS JARZYNOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <b>GLU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g ( <b>MLE</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA WP GOT B/SOLI* 60g, SAŁATKA Z MAKARONU Z BROKULEM Z OL* 80g ( <b>GLU, SEL</b> ), POMIDOR* 50g, <b>Posiłek nocny:</b> WAFLE RYŻOWE 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2363.09 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9924.55 kJ; Białko ogółem: 111.75 g; Tłuszcz: 81.31 g; Węglowodany ogółem: 314.20 g; suma cukrów prostych: 78.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.22 g; Błonnik pokarmowy: 37.42 g; Sól: 6.38 g;		
<b>czwartek 2024-03-21</b>		
<b>Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL. 1500</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU* 150ml ( <b>GLU, MLE</b> ), CHLEB RAZOWY * 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), HERBATA B/CUKRU* 250ml, SAŁATA LODOWA* 20g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 30g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), OGÓREK ŚW 60g, <b>II Śniadanie:</b> WAFLE RYŻOWE 15g/op. 15g,	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMN* 150ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g ( <b>MLE</b> ), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g, SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ, KUK Z WINEGR* 100g ( <b>GOR</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml, BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <b>GLU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), CHLEB RAZOWY * 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 5g ( <b>MLE</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA ZINDYKA PRASOWANA*/ 40g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), SAŁATKA Z MAK, KUK, BROK, WĘD, JOG* 80g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), POMIDOR* 50g, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHL. RAZ 30G, M. EX, SZYNKĄ DĘB DR 20G 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1394.15 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 5855.24 kJ; Białko ogółem: 74.39 g; Tłuszcz: 45.83 g; Węglowodany ogółem: 181.86 g; suma cukrów prostych: 39.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.51 g; Błonnik pokarmowy: 22.73 g; Sól: 6.86 g;		
<b>czwartek 2024-03-21</b>		
<b>Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL1500B/ML</b>		
KASZA MANNA NA WYWARZE JARZ* 200ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), CHLEB RAZOWY * 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), HERBATA B/CUKRU* 250ml, SAŁATA LODOWA* 20g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 30g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), OGÓREK ŚW 60g, <b>II Śniadanie:</b> WAFLE RYŻOWE 15g/op. 15g,	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMN. B/MLEKA* 200ml ( <b>GLU, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g ( <b>MLE</b> ), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g, SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ, KUK Z WINEGR* 100g ( <b>GOR</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml, BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <b>GLU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), CHLEB RAZOWY * 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 5g ( <b>MLE</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA ZINDYKA PRASOWANA*/ 40g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), SAŁATKA Z MAK, KUK, BROK, MAK, WĘD, OL* 80g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), POMIDOR* 50g, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M. EX, SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G* 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1501.96 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6300.40 kJ; Białko ogółem: 71.97 g; Tłuszcz: 54.43 g; Węglowodany ogółem: 193.00 g; suma cukrów prostych: 34.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.27 g; Błonnik pokarmowy: 25.11 g; Sól: 6.97 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-03-21</b>		
<b>Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL. B/ML</b>		
KASZA MANNA NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i> ), CHLEB PSZENNO ŻYTN* 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> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA LODOWA* 20g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), OGÓREK śW 60g, II Śniadanie: KRAKERSY 15g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i> ),	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMN B/ MLEKA* 400ml ( <i>GLU, SEL</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g, SURÓWKA Z KAP PEK,MARCH,JABŁ,KUK Z WINEGR* 100g ( <i>GOR</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml, SOS JARZYNOWY* 100ml ( <i>GLU, SEL</i> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <i>GLU</i> ), <b>Podwieczorek:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,	CHLEB PSZENNO-ŻYTN* 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> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA*/ 40g ( <i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), SAŁATKA Z MAK,KUK,BROK,MAK,WĘD,OL* 120g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), POMIDOR* 50g, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHL. RAZ 30G, M. EX, SZYNKĄ DĘB DR 20G 1Por ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2221.79 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9316.53 kJ; Białko ogółem: 90.39 g; Tłuszcz: 83.37 g; Węglowodany ogółem: 294.52 g; suma cukrów prostych: 42.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.01 g; Błonnik pokarmowy: 36.36 g; Sól: 9.07 g;		
<b>czwartek 2024-03-21</b>		
<b>Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGLNISKOTŁ</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i> ), CHLEB PSZENNO ŻYTN* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <i>MLE</i> ), PASTA Z SERA BIAŁEGO I WĘDLINY* 60g ( <i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), POWIDŁA JABŁKOWE* 70g, II Śniadanie: WAFLE RYŻOWE 15g/op. 15g,	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMNIAK DIETA* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g, BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <i>GLU</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml, SOS JARZYNOWY* 100ml ( <i>GLU, SEL</i> ), JABŁKO PIECZONE* 150g, <b>Podwieczorek:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <i>MLE</i> ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTN* 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 10g ( <i>MLE</i> ), SAŁATKA Z MAKARONU,WARZYW ZWĘDLINĄ DR-WP DIETA* 120g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA*/ 40g ( <i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G, M.EX, SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G* 1Por ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2314.86 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9746.51 kJ; Białko ogółem: 109.92 g; Tłuszcz: 55.75 g; Węglowodany ogółem: 359.93 g; suma cukrów prostych: 89.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.19 g; Błonnik pokarmowy: 34.37 g; Sól: 8.80 g;		
<b>czwartek 2024-03-21</b>		
<b>Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ</b>		
KASZA MANNA 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> ), PASTA Z SERA BIAŁEGO I WĘDLINY* 60g ( <i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU ZC* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ), SAŁATA LODOWA* 20g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), JABŁKO 150g,	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMNIAK DIETA* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g, SOS JARZYNOWY* 100ml ( <i>GLU, SEL</i> ), SURÓWKA Z KAP PEK,MARCH,JABŁ,KUK Z WINEGR* 100g ( <i>GOR</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml, BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <i>GLU</i> ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA*/ 40g ( <i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g ( <i>MLE</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, SAŁATKA Z MAK,KUK,BROK,WĘD,JOG* 120g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), POMIDOR* 50g, <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2200.66 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9255.79 kJ; Białko ogółem: 102.63 g; Tłuszcz: 65.13 g; Węglowodany ogółem: 314.40 g; suma cukrów prostych: 82.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.07 g; Błonnik pokarmowy: 28.98 g; Sól: 7.66 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-03-21</b>		
<b>Dieta: O KONT.ZAW.KW.TŁ B/M</b>		
KASZA MANNA NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), SAŁATA LODOWA* 20g, PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g ( <b>SEL, GOR</b> ), HERBATA B/CUKRU* 250ml, JABŁKO 150g,	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMNIAK B/ MLEKA* 400ml ( <b>GLU, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g, SOS JARZYNOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ, KUK Z WNEGR* 100g ( <b>GOR</b> ), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml, BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <b>GLU</b> ),	CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g ( <b>MLE</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA*/ 40g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATKA Z MAK, KUK, BROK, MAK, WĘD, OL* 120g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), POMIDOR* 50g, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA ZBUŁKI 50G, M. EX I SZYNKĄ DĘBOWĄ 20G 1Por ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2269.42 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9520.68 kJ; Białko ogółem: 88.20 g; Tłuszcz: 82.93 g; Węglowodany ogółem: 308.56 g; suma cukrów prostych: 51.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.52 g; Błonnik pokarmowy: 33.48 g; Sól: 7.21 g;		
<b>czwartek 2024-03-21</b>		
<b>Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), PASTA Z SERA BIAŁEGO I WĘDLINY* 60g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), POMIDOR B/SKÓRY 60g,	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMNIAK DIETA* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g, BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml, SOS JARZYNOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), JABŁKO PIECZONE* 150g,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g ( <b>MLE</b> ), HERBATA B/CUKRU* 250ml, SAŁATKA Z MAKARONU, WARZYW Z WĘDLINĄ DR-WP DIETA* 120g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA*/ 40g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2221.76 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9361.16 kJ; Białko ogółem: 105.86 g; Tłuszcz: 56.45 g; Węglowodany ogółem: 335.25 g; suma cukrów prostych: 82.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.30 g; Błonnik pokarmowy: 26.79 g; Sól: 7.95 g;		
<b>czwartek 2024-03-21</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA BEZ TŁ</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), PASTA Z SERA BIAŁEGO I WĘDLINY* 60g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), JABŁKO PRAŻONE* 60g,	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMNIAK DIETA* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g, BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml, SOS JARZYNOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), JABŁKO PIECZONE* 150g,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SAŁATKA Z MAKARONU, WARZYW Z WĘDLINĄ DR-WP DIETA* 120g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA*/ 40g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), HERBATA B/CUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2109.11 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8899.86 kJ; Białko ogółem: 105.30 g; Tłuszcz: 40.19 g; Węglowodany ogółem: 344.47 g; suma cukrów prostych: 89.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.68 g; Błonnik pokarmowy: 26.73 g; Sól: 7.90 g;		
<b>czwartek 2024-03-21</b>		
<b>Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g ( <b>SEL, GOR</b> ), TWAROŻEK*/ 100g ( <b>MLE</b> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> SEREK NATURALNY HOM* 1szt ( <b>MLE</b> ),	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMNIAK DIETA* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <b>GLU</b> ), SOS JARZYNOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g, <b>Podwieczorek:</b> BISZKOPTY B/C* 20g ( <b>GLU, JAJ, ORZ</b> ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 40g, SAŁATKA Z MAKARONU, WARZYW Z WĘDLINĄ DR-WP DIETA* 120g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), HERBATA B/CUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2367.96 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9972.76 kJ; Białko ogółem: 131.21 g; Tłuszcz: 64.46 g; Węglowodany ogółem: 329.58 g; suma cukrów prostych: 83.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.92 g; Błonnik pokarmowy: 29.08 g; Sól: 6.07 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-03-21</b>		
<b>Dieta: BOGATOBIĄŁKOWA</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ), SAŁATA LODOWA* 20g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), JABŁKO 150g, <b>II Śniadanie:</b> KANAPKA Z BUŁKI 30G, M. EX I SZYNKA DĘBOWA 20G* 1Por ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ),	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMNIAK DIETA* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g, SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ, KUK Z WINEGR* 100g ( <b>GOR</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml, SOS JARZYNOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <b>GLU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <b>MLE</b> ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g ( <b>MLE</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA*/ 40g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), SAŁATKA Z MAK, KUK, BROK, WĘD, JOG* 120g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), POMIDOR* 50g, <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2459.26 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10339.99 kJ; Białko ogółem: 113.21 g; Tłuszcz: 76.24 g; Węglowodany ogółem: 344.61 g; suma cukrów prostych: 93.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.97 g; Błonnik pokarmowy: 30.81 g; Sól: 8.20 g;		
<b>czwartek 2024-03-21</b>		
<b>Dieta: DZIECIĘCA 1-3</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU* 150ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 30g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, JABŁKA PRAŻONE* 40g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> BISZKOPTY B/C* 20g ( <b>GLU, JAJ, ORZ</b> ),	ZUPA DYNIOWA Z ZEMN* 150ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g ( <b>MLE</b> ), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY*/ 60g, BURACZKI OPRÓSZANE* 80g ( <b>GLU</b> ), JABŁKO PIECZONE* 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml, <b>Podwieczorek:</b> BANAN 0.5szt,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 30g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), SAŁATKA Z MAK, KUK, BROK, WĘD, JOG* 50g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), POMIDOR* 50g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1304.47 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 5487.44 kJ; Białko ogółem: 64.55 g; Tłuszcz: 37.90 g; Węglowodany ogółem: 184.80 g; suma cukrów prostych: 76.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.90 g; Błonnik pokarmowy: 18.08 g; Sól: 3.91 g;		
<b>czwartek 2024-03-21</b>		
<b>Dieta: DZIECIĘCA 4-9</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU* 150ml ( <b>GLU, MLE</b> ), CHLEB RAZOWY * 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 30g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), SAŁATA LODOWA* 20g, JABŁKO 100g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> BISZKOPTY B/CUKRU* 20g ( <b>GLU, JAJ, ORZ</b> ),	ZUPA DYNIOWA Z ZEMN DIETA * 200ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g ( <b>MLE</b> ), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g, SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ, KUK Z WINEGR* 100g ( <b>GOR</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml, SOS JARZYNOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <b>GLU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> BANAN 1szt,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB RAZOWY * 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA*/ 40g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), SAŁATKA Z MAK, KUK, BROK, WĘD, JOG* 80g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), POMIDOR* 50g, <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1748.84 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7361.72 kJ; Białko ogółem: 80.54 g; Tłuszcz: 45.64 g; Węglowodany ogółem: 265.72 g; suma cukrów prostych: 96.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.72 g; Błonnik pokarmowy: 25.76 g; Sól: 5.32 g;		
<b>czwartek 2024-03-21</b>		
<b>Dieta: DZIECIĘCA 10-18</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ), SAŁATA LODOWA* 20g, SAŁATA LODOWA* 20g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), JABŁKO 150g, <b>II Śniadanie:</b> BISZKOPTY B/CUKRU* 20g ( <b>GLU, JAJ, ORZ</b> ),	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMNIAK DIETA* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g, SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ, KUK Z WINEGR* 100g ( <b>GOR</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml, SOS JARZYNOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <b>GLU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> BANAN 1szt,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA*/ 40g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), SAŁATKA Z MAK, KUK, BROK, WĘD, JOG* 120g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), POMIDOR* 50g, <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2519.98 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10604.68 kJ; Białko ogółem: 107.01 g; Tłuszcz: 71.29 g; Węglowodany ogółem: 377.97 g; suma cukrów prostych: 132.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.32 g; Błonnik pokarmowy: 32.93 g; Sól: 7.23 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-03-21</b>		
<b>Dieta: DZIECIĘCA POOPERACYJNA</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU* 200ml ( <i>GLU, MLE</i> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), TWAROŻEK*/ 100g ( <i>MLE</i> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), JABŁKO PRAŻONE* 60g , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ), <b>II Śniadanie:</b> KANAPKA Z BUŁKI 30G, M.EX. POL. SOP 20G* 1Por ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i> ),	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMN* 200ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , UDZIEC ZKURCZAKA PIECZONY* 80g , SOS JARZYNOWY* 100ml ( <i>GLU, SEL</i> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <i>GLU</i> ), JABŁKO PIECZONE* 150g , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml , <b>Podwieczorek:</b> BISZKOPTY B/C* 20g ( <i>GLU, JAJ, ORZ</i> ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <i>MLE</i> ), SAŁATKA Z MAKARONU, WARZYW Z WĘDLINĄ DR-WP DIETA* 120g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA*/ 40g ( <i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA ZBUŁKI 50G, M. EX I SZYNKA DĘBOWĄ 20G 1Por ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2461.64 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10354.25 kJ; Białko ogółem: 114.69 g; Tłuszcz: 74.33 g; Węglowodany ogółem: 345.76 g; suma cukrów prostych: 83.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.01 g; Błonnik pokarmowy: 25.10 g; Sól: 8.33 g;		
<b>czwartek 2024-03-21</b>		
<b>Dieta: BIEGUNKOWA</b>		
KLEIK Z KASZY MANNY* 400g ( <i>GLU</i> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <i>MLE</i> ), POWIDŁA JABŁKOWE* 70g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , SUCHARY* 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i> ), <b>II Śniadanie:</b> KISIEL* 150ml ,	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml ( <i>MLE, SEL</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARCHEW GOTOWANA * 150g ( <i>MLE</i> ), HERBATA Z/C* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> BISZKOPTY B/C* 20g ( <i>GLU, JAJ, ORZ</i> ),	MASŁO EXTRA 82% 5g ( <i>MLE</i> ), RYŻ Z JABŁKIEM* 200g ( <i>MLE</i> ), SUCHARY* 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml , BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), KLEIK Z KASZY MANNY* 400g ( <i>GLU</i> ), <b>Posiłek nocny:</b> SUCHARY 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1717.49 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7243.35 kJ; Białko ogółem: 55.64 g; Tłuszcz: 36.12 g; Węglowodany ogółem: 300.90 g; suma cukrów prostych: 47.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.49 g; Błonnik pokarmowy: 32.30 g; Sól: 2.51 g;		
<b>czwartek 2024-03-21</b>		
<b>Dieta: BEZGLUTENOWA</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <i>MLE</i> ), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g ( <i>ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <i>JAJ</i> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), OGÓREK ŚW 60g , SAŁATA LODOWA* 20g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , <b>II Śniadanie:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMNIANKI B/GLUTENU* 400ml ( <i>MLE, SEL</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g , SOS JARZYNOWY B/ GLUTENOWY* 100ml ( <i>SEL</i> ), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁKUK Z WINEGR* 130g ( <i>GOR</i> ), BURACZKI GOTOWANE* 100g , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml , <b>Podwieczorek:</b> KANAPKA Z PIECZ B/GLUT 50G, M. EX. , SAŁ, SZYNKA DĘBOWĄ 20G* 1Por ( <i>MLE, ORZ, SEZ</i> ),	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g ( <i>ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <i>MLE</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA*/ 40g ( <i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), SAŁATKA Z RYŻU, BROKUŁÓW I WĘDLINĄ DR-WP DIETA Z OLEJEM* 120g ( <i>MLE, SEL, GOR</i> ), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , POMIDOR* 50g , <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2439.26 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9761.18 kJ; Białko ogółem: 89.27 g; Tłuszcz: 94.90 g; Węglowodany ogółem: 315.53 g; suma cukrów prostych: 72.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.02 g; Błonnik pokarmowy: 33.07 g; Sól: 9.01 g;		
<b>czwartek 2024-03-21</b>		
<b>Dieta: PAKOWATA</b>		
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% 10g ( <i>MLE</i> ), PASTA JAJECZNA* 60g ( <i>JAJ, MLE</i> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 60g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g , POMIDOR B/SKÓRY 60g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ), <b>II Śniadanie:</b> BANAN 1szt,	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMNIANKAMI MIX* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), SOS JARZYNOWY* 100ml ( <i>GLU, SEL</i> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <i>GLU</i> ), JABŁKO PIECZONE* 150g , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml , <b>Podwieczorek:</b> KRAKERSY 15g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i> ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA MIELONA* 40g ( <i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), SAŁATKA Z MAKARONU, WARZYW Z WĘDLINĄ DR-WP DIETA* 120g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2450.85 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10317.22 kJ; Białko ogółem: 116.88 g; Tłuszcz: 66.82 g; Węglowodany ogółem: 360.59 g; suma cukrów prostych: 125.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.31 g; Błonnik pokarmowy: 32.28 g; Sól: 7.22 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-03-21</b>		
<b>Dieta: PAPPKOWATA CUKRZYCOWA</b>		
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% 10g ( <i>MLE</i> ), PASTA JAJECZNA* 60g ( <i>JAJ, MLE</i> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g , POMIDOR B/SKÓRY 60g, HERBATA B/CUKRU* 250ml , <b>II Śniadanie:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), SOS JARZYNOWY* 100ml ( <i>GLU, SEL</i> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <i>GLU</i> ), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml , JABŁKO PIECZONE* 150g , <b>Podwieczorek:</b> KRAKERSY 15g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i> ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA MIELONA* 40g ( <i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), SAŁATKA Z MAKARONU, WARZYZY ZWĘDLINĄ DR-WP DIETA* 120g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2204.27 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9271.67 kJ; Białko ogółem: 110.43 g; Tłuszcz: 63.53 g; Węglowodany ogółem: 312.53 g; suma cukrów prostych: 82.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.30 g; Błonnik pokarmowy: 32.18 g; Sól: 8.24 g;		
<b>czwartek 2024-03-21</b>		
<b>Dieta: PAPPKOWATA BEZ MLEKA</b>		
KASZA MANNA NA WYWARZ JARZ MIX* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <i>MLE</i> ), PASTA JAJECZNA* 60g ( <i>JAJ, MLE</i> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g , POMIDOR B/SKÓRY 60g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , <b>II Śniadanie:</b> BANAN 1szt,	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMNIAKAMI B/ML MIX* 400ml ( <i>GLU, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), SOS JARZYNOWY* 100ml ( <i>GLU, SEL</i> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <i>GLU</i> ), JABŁKO PIECZONE* 150g , KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml , <b>Podwieczorek:</b> GALARETKA OWOCOWA* 150ml ( <i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i> ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <i>MLE</i> ), SAŁATKA Z MAKARONU, WARZYZY ZWĘDLINĄ DR-WP DIETA* 120g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA MIELONA* 40g ( <i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), <b>Posiłek nocny:</b> RYŻ Z WARZYZY WAMI* 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2219.12 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9343.44 kJ; Białko ogółem: 94.25 g; Tłuszcz: 52.89 g; Węglowodany ogółem: 358.92 g; suma cukrów prostych: 89.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.28 g; Błonnik pokarmowy: 36.18 g; Sól: 5.74 g;		
<b>czwartek 2024-03-21</b>		
<b>Dieta: PLYNNA</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU PLYNNA* 400ml ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), KISIEL* 150ml , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU ZIC* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ), <b>II Śniadanie:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),	PLYNNA OB* 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i> ), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml , SOK JABŁKOWY* 200ml , <b>Podwieczorek:</b> BUDYŃ* 150ml ( <i>MLE</i> ),	PLYNNA KOL* 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i> ), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml ( <i>GLU</i> ), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2169.66 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9132.55 kJ; Białko ogółem: 102.36 g; Tłuszcz: 68.69 g; Węglowodany ogółem: 294.56 g; suma cukrów prostych: 103.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.18 g; Błonnik pokarmowy: 23.53 g; Sól: 2.85 g;		
<b>czwartek 2024-03-21</b>		
<b>Dieta: SONDA</b>		
SONDA MLECZNA* 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i> ), KISIEL SONDA* 150ml , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU ZIC* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ), <b>II Śniadanie:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),	SONDA OB* 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i> ), SOK JABŁKOWY* 200ml , KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI ZHIBIS B/CIUK 250ml , <b>Podwieczorek:</b> BUDYŃ SONDA* 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/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2422.18 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10178.08 kJ; Białko ogółem: 114.82 g; Tłuszcz: 85.77 g; Węglowodany ogółem: 306.37 g; suma cukrów prostych: 114.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.49 g; Błonnik pokarmowy: 26.69 g; Sól: 2.96 g;		
<b>czwartek 2024-03-21</b>		
<b>Dieta: SONDA BEZ MLEKA</b>		
SONDA B/ MLEKA ŚN* 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i> ), HERBATA B/CUKRU* 250ml , SOK JABŁKOWY* 1ml , <b>II Śniadanie:</b> KISIEL* 150ml ,	GALARETKA OWOCOWA PLYNNA* 150ml ( <i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i> ), SONDA B/MLEKA OB* 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i> ), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml , <b>Podwieczorek:</b> 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 GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2049.87 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8607.18 kJ; Białko ogółem: 90.60 g; Tłuszcz: 65.25 g; Węglowodany ogółem: 290.13 g; suma cukrów prostych: 55.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.71 g; Błonnik pokarmowy: 40.96 g; Sól: 4.58 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-03-21</b>		
<b>Dieta: KLEIKOWA</b>		
KLEIK ZKASZY MANNY* 400g ( <b>GLU</b> ), SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml ,	KLEIK ZKASZY MANNY* 400g ( <b>GLU</b> ), SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), HERBATA Z/C* 250ml ,	KLEIK ZKASZY MANNY* 400g ( <b>GLU</b> ), SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KLEIK ZKASZY MANNY* 400g ( <b>GLU</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 728.43 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 3084.04 kJ; Białko ogółem: 21.30 g; Tłuszcz: 7.60 g; Węglowodany ogółem: 143.91 g; suma cukrów prostych: 5.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.90 g; Błonnik pokarmowy: 15.10 g; Sól: 0.90 g;		
<b>czwartek 2024-03-21</b>		
<b>Dieta: WEGETARIAŃSKA</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , SAŁATA LODOWA* 20g , OGÓREK ŚW 60g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ), <b>II Śniadanie:</b> KRAKERSY 15g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</b> ),	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMN B/ MLEKA* 400ml ( <b>GLU, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , KOTLET SOJOWY* 100g , SOS JARZYNOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ, KUK Z WINEGR* 130g ( <b>GOR</b> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml , <b>Podwieczorek:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), SAŁATKA Z MAKARONU Z BROKUŁEM ZOL* 120g ( <b>GLU, SEL</b> ), POMIDOR* 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2331.02 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9778.77 kJ; Białko ogółem: 68.54 g; Tłuszcz: 86.57 g; Węglowodany ogółem: 336.08 g; suma cukrów prostych: 95.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.47 g; Błonnik pokarmowy: 33.76 g; Sól: 6.11 g;		
<b>czwartek 2024-03-21</b>		
<b>Dieta: BOGATORESZTKOWA</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), CHLEB RAZOWY* 90g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <b>MLE, GOR, SOJ</b> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), SAŁATA LODOWA* 20g , OGÓREK ŚW 60g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ), <b>II Śniadanie:</b> SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOG* 130g ( <b>MLE</b> ),	ZUPA DYNIOWA Z MAKARONEM PEŁNOZIARNISTYM* 400ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g , SOS JARZYNOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ, KUK Z WINEGR* 130g ( <b>GOR</b> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml , <b>Podwieczorek:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 90g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , SZYNKA ZINDYKA PRASOWANA*/ 40g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), SAŁATKA Z MAKARONU PEŁNO ZIAR Z WĘDLINĄ DROB-WP Z OL* 120g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), POMIDOR* 50g , <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2499.76 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10507.50 kJ; Białko ogółem: 113.75 g; Tłuszcz: 79.36 g; Węglowodany ogółem: 347.35 g; suma cukrów prostych: 83.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.97 g; Błonnik pokarmowy: 41.93 g; Sól: 9.73 g;		

Dietetyk

.....