**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **wtorek 2024-02-27** | **Dieta: PODSTAWOWA** | |
| PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( ***GLU, MLE***), CHLEB RAZOWY * 40g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt , MASŁO EXTRA 82% 15g (***MLE***), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g ( ***MLE, GOR, SO2***), SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml ( ***GLU, SOJ, MLE, GOR***), POMIDOR 60g , SER ŻÓŁTY 20g ( ***MLE***), BROKUŁY GOTOWANE 60g , | ZUPA OGÓRKOWA ZRYŻEM* 400ml ( ***GLU, MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PIECZEŃ WP GOT* 80g , SOS PIECZENIOWY* 100g (***GLU, SEL***), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA ZOL/ 100g , FASOLKA SZPARAGOWA GOT Z BUŁKĄ TARTĄ* 100g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ***), KOMPOT ZMIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml , | CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g ( ***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), CHLEB RAZOWY* 60g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g (***MLE***), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g (***MLE, GOR***), WARZYWA GOTOWANE* 80g (***SEL***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml ,<br>**Posiłek nocny:**<br>WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g , KEFIR NATURALNY 150ml (***MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2308.49 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9485.14 kJ; Białko ogółem: 107.68 g; Tłuszcz: 76.80 g; Węglowodany ogółem: 310.04 g; suma cukrów prostych: 76.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.52 g; Błonnik pokarmowy: 27.86 g; Sól: 8.17 g; | | |
| **wtorek 2024-02-27** | **Dieta: PODSTAWOWA BEZ MLEKA** | |
| PŁATKI OWSIANE NA WYWARZE JARZ* 350ml (***GLU, MLE, SEL***), CHLEB RAZOWY * 40g ( ***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt , MASŁO EXTRA 82% 15g ( ***MLE***), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g (***MLE, GOR, SO2***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , JABŁKO PRAŻONE* 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , | ZUPA OGÓRKOWA ZRYŻEM B/MLEKA* 400ml ( ***GLU, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PIECZEŃ WP GOT* 80g , SOS PIECZENIOWY* 100g (***GLU, SEL***), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA ZOL/ 100g , KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ***), | CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g ( ***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), CHLEB RAZOWY* 60g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g (***MLE***), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g (***MLE, GOR***), WARZYWA GOTOWANE* 80g (***SEL***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , SZYNKA WP GOT B/SOLI* 60g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g , MIÓD JEDN 25g/op. 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2145.68 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8795.89 kJ; Białko ogółem: 100.34 g; Tłuszcz: 68.09 g; Węglowodany ogółem: 297.48 g; suma cukrów prostych: 40.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.40 g; Błonnik pokarmowy: 30.25 g; Sól: 6.62 g; | | |
| **wtorek 2024-02-27** | **Dieta: ŁATWOSTRAWNA** | |
| PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( ***GLU, MLE***), CHLEB GRAHAM* 40g , BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt , MASŁO EXTRA 82% 15g ( ***MLE***), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g (***MLE, GOR, SO2***), SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml (***GLU, SOJ, MLE, GOR***), POMIDOR 60g , TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (***MLE***), BROKUŁY GOTOWANE 60g , | ZUPA ZACIERKOWA ZZIEMN* 400ml ( ***GLU, MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PIECZEŃ WP GOT* 80g , SOS PIECZENIOWY* 100g (***GLU, SEL***), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA ZOL/ 100g , KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml , SZPINAK GOTOWANY* 100g ( ***GLU***), | CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 80g ( ***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), CHLEB GRAHAM* 40g , MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g ( ***MLE***), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g ( ***MLE, GOR***), WARZYWA GOTOWANE* 80g ( ***SEL***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml ,<br>**Posiłek nocny:**<br>WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g , KEFIR NATURALNY 150ml (***MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2262.78 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9291.17 kJ; Białko ogółem: 115.19 g; Tłuszcz: 71.71 g; Węglowodany ogółem: 303.05 g; suma cukrów prostych: 78.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.68 g; Błonnik pokarmowy: 30.21 g; Sól: 6.71 g; | | |
| **wtorek 2024-02-27** | **Dieta: ŁATWOSTR. BEZ MLEKA** | |
| PŁATKI OWSIANE NA WYWARZE* 350ml ( ***GLU, MLE, SEL***), CHLEB GRAHAM* 40g , BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt , MASŁO EXTRA 82% 15g (***MLE***), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g ( ***MLE, GOR, SO2***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , JABŁKO PRAŻONE* 70g , | ZUPA ZACIERKOWA ZZIEMN* 400ml ( ***GLU, MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PIECZEŃ WP GOT* 80g , SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA ZOL/ 100g , KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SOS WŁASNY* 100ml ( ***GLU, MLE, SEL***), SZPINAK GOTOWANY* 100g ( ***GLU***), | BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), CHLEB GRAHAM* 40g , MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g ( ***MLE***), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g ( ***MLE, GOR***), WARZYWA GOTOWANE* 80g ( ***SEL***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,<br>**Posiłek nocny:**<br>KANAPKA Z BUŁKI 50g, M.EX Z SZYNKA Z INDYKA20g* 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ***), |
| **Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2135.46 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8741.17 kJ; Białko ogółem: 88.69 g; Tłuszcz: 74.19 g; Węglowodany ogółem: 293.49 g; suma cukrów prostych: 43.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.89 g; Błonnik pokarmowy: 32.02 g; Sól: 6.70 g; | | |



**Własność FUDEKOS.A.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **wtorek 2024-02-27** | **Dieta: ŁATWOSTR. POŁOŻNICZA** | |
| PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( ***GLU, MLE***), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 20g ( ***MLE***), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g (***MLE, GOR, SO2***), JABŁKO PRAŻONE* 60g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml ( ***GLU, SOJ, MLE, GOR***), TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g ( ***MLE***), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g ,<br>**II Śniadanie:**<br>JABŁKO 150g , | ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml ( ***GLU, MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PIECZEŃ WP GOT* 80g , BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (***GLU***), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SOS WŁASNY* 100ml ( ***GLU, MLE, SEL***), SZPINAK GOTOWANY* 100g ( ***GLU***), | BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 20g ( ***MLE***), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g ( ***MLE, GOR***), WARZYWA GOTOWANE* 80g ( ***SEL***), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,<br>**Posiłek nocny:**<br>WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g , KEFIR NATURALNY 150ml (***MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2493.04 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10254.78 kJ; Białko ogółem: 115.20 g; Tłuszcz: 84.09 g; Węglowodany ogółem: 332.23 g; suma cukrów prostych: 91.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.85 g; Błonnik pokarmowy: 28.42 g; Sól: 6.80 g; | | |
| **wtorek 2024-02-27** | **Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.** | |
| PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( ***GLU, MLE***), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g ( ***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt , MASŁO EXTRA 82% 15g (***MLE***), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g (***MLE, GOR, SO2***), SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (***GLU, SOJ, MLE, GOR***), POMIDOR 60g , SER ŻÓŁTY 20g (***MLE***), BROKUŁY GOTOWANE 60g ,<br>**II Śniadanie:**<br>JABŁKO 150g , | ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml ( ***GLU, MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PIECZEŃ WP GOT* 80g , SOS PIECZENIOWY* 100g (***GLU, SEL***), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA ZOL/ 100g , KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ***),<br>**Podwieczorek:**<br>BUDYŃ B/C* 150ml (***MLE***), | CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g ( ***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), CHLEB RAZOWY* 60g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g (***MLE***), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g (***MLE, GOR***), WARZYWA GOTOWANE* 80g (***SEL***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,<br>**Posiłek nocny:**<br>KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G ,M.EX,SAŁ. Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por ( ***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***), |
| **Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2483.44 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10212.97 kJ; Białko ogółem: 113.15 g; Tłuszcz: 82.30 g; Węglowodany ogółem: 339.34 g; suma cukrów prostych: 80.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.74 g; Błonnik pokarmowy: 35.36 g; Sól: 7.81 g; | | |
| **wtorek 2024-02-27** | **Dieta: Z OGR.Ł/PRZYSW.WĘGL.B/S** | |
| PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( ***GLU, MLE***), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt , CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 15g (***MLE***), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (***GLU, SOJ, MLE, GOR***), SAŁATA MASŁOWA 10g , TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (***MLE***), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g ( ***SEL, GOR***), BROKUŁY GOTOWANE 60g , POMIDOR 60g ,<br>**II Śniadanie:**<br>JABŁKO 150g , | ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN B/SOLI* 400ml ( ***GLU, MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PIECZEŃ WP GOT* 80g , SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA ZOL/ 100g , KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SOS WŁASNY* 100ml ( ***GLU, MLE, SEL***), FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ***),<br>**Podwieczorek:**<br>BUDYŃ B/C* 150ml (***MLE***), | CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g ( ***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), CHLEB RAZOWY* 60g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g (***MLE***), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 60g , WARZYWA GOTOWANE* 80g ( ***SEL***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,<br>**Posiłek nocny:**<br>WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g , KEFIR NATURALNY 150ml (***MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2517.20 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10580.40 kJ; Białko ogółem: 130.83 g; Tłuszcz: 82.39 g; Węglowodany ogółem: 330.04 g; suma cukrów prostych: 92.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.32 g; Błonnik pokarmowy: 35.57 g; Sól: 4.51 g; | | |
| **wtorek 2024-02-27** | **Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL. 1500** | |
| PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 200ml ( ***GLU, MLE***), CHLEB RAZOWY * 30g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 30g ( ***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 5g (***MLE***), SZYNKA Z LIŚCIEM* 40g (***MLE, GOR, SO2***), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( ***GLU, SOJ, MLE, GOR***), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , TWAROŻEK* 40g (***MLE***),<br>**II Śniadanie:**<br>JABŁKO 150g , | ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 200ml ( ***GLU, MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g ( ***MLE***), PIECZEŃ WP GOT* 80g , SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA ZOL/ 100g , KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ***),<br>**Podwieczorek:**<br>BUDYŃ B/C* 150ml (***MLE***), | CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 20g ( ***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), CHLEB RAZOWY* 40g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 5g (***MLE***), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g (***MLE, GOR***), WARZYWA GOTOWANE* 80g (***SEL***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,<br>**Posiłek nocny:**<br>KANAPKA Z CHLEBA RAZ 30G,M.R, SAŁ,Z SZYNKA Z INDYKA 30G 1Por ( ***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***), |
| **Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1778.11 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7309.11 kJ; Białko ogółem: 90.51 g; Tłuszcz: 61.48 g; Węglowodany ogółem: 228.03 g; suma cukrów prostych: 69.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.44 g; Błonnik pokarmowy: 25.95 g; Sól: 5.37 g; | | |



**Własność FUDEKOS.A.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **wtorek 2024-02-27** | **Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL1500B/ML** | |
| PŁATKI OWSIANE NA WYWARZE JARZ* 200ml (***GLU, MLE, SEL***), CHLEB RAZOWY * 30g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 30g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 10g (***MLE***), SZYNKA Z LIŚCIEM* 40g (***MLE, GOR, SO2***), HERBATA B/CUKRU* 250ml , PASTA DROBIOWO WARZYWNA* 30g ( ***SEL, GOR***), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g ,<br>**II Śniadanie:**<br>JABŁKO 150g , | ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 200ml ( ***GLU, MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g , PIECZEŃ WP GOT* 80g , SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OL/ 100g , KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ***),<br>**Podwieczorek:**<br>KISIEL B/C* 150ml , | CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 20g ( ***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), CHLEB RAZOWY* 40g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 10g (***MLE***), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g (***MLE, GOR***), WARZYWA GOTOWANE* 80g (***SEL***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,<br>**Posiłek nocny:**<br>KANAPKA Z CHLEBA RAZ 30G,M.R, SAŁ,Z SZYNKA Z INDYKA 30G 1Por ( ***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***), |
| **Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1628.99 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6606.18 kJ; Białko ogółem: 74.94 g; Tłuszcz: 62.91 g; Węglowodany ogółem: 203.98 g; suma cukrów prostych: 47.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.87 g; Błonnik pokarmowy: 28.17 g; Sól: 5.17 g; | | |
| **wtorek 2024-02-27** | **Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL. B/ML** | |
| PŁATKI OWSIANE NA WYWARZE* 350ml ( ***GLU, MLE, SEL***), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt , CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g ( ***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 15g (***MLE***), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g (***MLE, GOR, SO2***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g ( ***SEL, GOR***),<br>**II Śniadanie:**<br>JABŁKO 150g , | ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml ( ***GLU, MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PIECZEŃ WP GOT* 80g , SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OL/ 100g , KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SOS WŁASNY* 100ml ( ***GLU, MLE, SEL***), FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ***),<br>**Podwieczorek:**<br>KISIEL B/C* 150ml , | CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g ( ***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), CHLEB RAZOWY* 60g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g (***MLE***), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g (***MLE, GOR***), WARZYWA GOTOWANE* 80g (***SEL***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,<br>**Posiłek nocny:**<br>KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G ,M.EX,SAŁ. Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por ( ***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***), |
| **Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2272.26 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9313.67 kJ; Białko ogółem: 95.59 g; Tłuszcz: 79.31 g; Węglowodany ogółem: 312.52 g; suma cukrów prostych: 54.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.74 g; Błonnik pokarmowy: 39.26 g; Sól: 7.00 g; | | |
| **wtorek 2024-02-27** | **Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGLNISKOTŁ** | |
| PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( ***GLU, MLE***), CHLEB RAZOWY* 60g ( ***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g ( ***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 20g (***MLE***), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g ( ***MLE, GOR, SO2***), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( ***GLU, SOJ, MLE, GOR***), TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (***MLE***), JABŁKO PIECZONE* 150g , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g ,<br>**II Śniadanie:**<br>JABŁKO PIECZONE* 150g , | ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml ( ***GLU, MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PIECZEŃ WP GOT* 80g , SZPINAK GOTOWANY* 100g (***GLU***), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( ***GLU***), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SOS WŁASNY* 100ml (***GLU, MLE, SEL***),<br>**Podwieczorek:**<br>BUDYŃ B/C* 150ml (***MLE***), | CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g ( ***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), CHLEB RAZOWY* 60g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g (***MLE, GOR***), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 10g (***MLE***), WARZYWA GOTOWANE* 80g (***SEL***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,<br>**Posiłek nocny:**<br>KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G ,M.EX,SAŁ. Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por ( ***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***), |
| **Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2518.19 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10362.43 kJ; Białko ogółem: 117.84 g; Tłuszcz: 75.26 g; Węglowodany ogółem: 358.94 g; suma cukrów prostych: 94.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.29 g; Błonnik pokarmowy: 35.62 g; Sól: 7.73 g; | | |
| **wtorek 2024-02-27** | **Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ** | |
| PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( ***GLU, MLE***), CHLEB RAZOWY * 40g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt , MASŁO EXTRA 82% 15g (***MLE***), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g (***MLE, GOR, SO2***), SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( ***GLU, SOJ, MLE, GOR***), POMIDOR 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g ( ***MLE***), | ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml ( ***GLU, MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PIECZEŃ WP GOT* 80g , SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OL/ 100g , KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SOS WŁASNY* 100ml ( ***GLU, MLE, SEL***), FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ***), | BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), CHLEB RAZOWY * 40g ( ***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g (***MLE***), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g (***MLE, GOR***), WARZYWA GOTOWANE* 80g (***SEL***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,<br>**Posiłek nocny:**<br>WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g , KEFIR NATURALNY 150ml (***MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2289.47 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9404.71 kJ; Białko ogółem: 115.35 g; Tłuszcz: 76.83 g; Węglowodany ogółem: 296.96 g; suma cukrów prostych: 64.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.36 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g; Sól: 6.53 g; | | |



**Własność FUDEKOS.A.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **wtorek 2024-02-27** | **Dieta: O KONT.ZAW.KW.TŁ B/M** | |
| PŁATKI OWSIANE NA WYWARZE* 350ml ( ***GLU, MLE, SEL***), CHLEB RAZOWY * 40g ( ***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt , MASŁO EXTRA 82% 15g (***MLE***), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g (***MLE, GOR, SO2***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , JABŁKO PRAŻONE* 60g , PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g ( ***SEL, GOR***), | ZUPA ZACIERKOWA ZZIEMN* 400ml ( ***GLU, MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE ZKOPERKIEM* 150g , PIECZEŃ WP GOT* 80g , SOS WŁASNY* 100ml ( ***GLU, MLE, SEL***), SAŁATKA ZBURAKA I JABŁKA ZOL/ 100g , KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ***), | CHLEB RAZOWY * 40g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g (***MLE***), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g (***MLE, GOR***), WARZYWA GOTOWANE* 80g (***SEL***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,<br>**Posiłek nocny:**<br>WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g , MIÓD JEDN 25g/op. 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2200.46 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9020.02 kJ; Białko ogółem: 90.59 g; Tłuszcz: 75.80 g; Węglowodany ogółem: 303.92 g; suma cukrów prostych: 45.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.13 g; Błonnik pokarmowy: 31.57 g; Sól: 5.81 g; | | |
| **wtorek 2024-02-27** | **Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.** | |
| PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( ***GLU, MLE***), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 10g ( ***MLE***), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g (***MLE, GOR, SO2***), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml ( ***GLU, SOJ, MLE, GOR***), JABŁKO PRAŻONE* 60g , TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g ( ***MLE***), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g , | ZUPA ZACIERKOWA ZZIEMN* 400ml ( ***GLU, MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE ZKOPERKIEM* 150g , PIECZEŃ WP GOT* 80g , BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (***GLU***), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SOS WŁASNY* 100ml ( ***GLU, MLE, SEL***), SZPINAK GOTOWANY* 100g ( ***GLU***), | BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 10g (***MLE***), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g (***MLE, GOR***), WARZYWA GOTOWANE* 80g (***SEL***), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,<br>**Posiłek nocny:**<br>WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g , KEFIR NATURALNY 150ml (***MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2265.94 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9315.68 kJ; Białko ogółem: 114.42 g; Tłuszcz: 66.74 g; Węglowodany ogółem: 313.91 g; suma cukrów prostych: 76.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.49 g; Błonnik pokarmowy: 25.42 g; Sól: 6.81 g; | | |
| **wtorek 2024-02-27** | **Dieta: ŁATWOSTRAWNA BEZ TŁ** | |
| PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( ***GLU, MLE***), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g ( ***MLE, GOR, SO2***), JABŁKO PRAŻONE* 60g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml ( ***GLU, SOJ, MLE, GOR***), TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (***MLE***), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g , | ZUPA ZACIERKOWA ZZIEMN* 400ml ( ***GLU, MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE ZKOPERKIEM* 150g , PIECZEŃ WP GOT* 80g , BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (***GLU***), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SOS WŁASNY* 100ml ( ***GLU, MLE, SEL***), SZPINAK GOTOWANY* 100g ( ***GLU***), | BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g (***MLE, GOR***), WARZYWA GOTOWANE* 80g (***SEL***), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,<br>**Posiłek nocny:**<br>KEFIR NATURALNY 150ml (***MLE***), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g , |
| **Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2118.84 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8710.88 kJ; Białko ogółem: 114.32 g; Tłuszcz: 50.49 g; Węglowodany ogółem: 313.80 g; suma cukrów prostych: 76.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.90 g; Błonnik pokarmowy: 25.42 g; Sól: 6.78 g; | | |
| **wtorek 2024-02-27** | **Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ** | |
| PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( ***GLU, MLE***), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 10g (***MLE***), JABŁKO PRAŻONE* 60g , TWAROŻEK* 70g ( ***MLE***), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml ( ***GLU, SOJ, MLE, GOR***), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 60g , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g ,<br>**II Śniadanie:**<br>JABŁKO PIECZONE* 150g , | ZUPA ZACIERKOWA ZZIEMN* 400ml ( ***GLU, MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE ZKOPERKIEM* 150g , PIECZEŃ RZYMSKA* 100g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), SOS WŁASNY* 100ml (***GLU, MLE, SEL***), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( ***GLU***), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SZPINAK GOTOWANY* 100g ( ***GLU***),<br>**Podwieczorek:**<br>BUDYŃ* 150ml (***MLE***), | WARZYWA GOTOWANE* 80g ( ***SEL***), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 10g (***MLE***), SCHAB GOT B/SOLI * 70g , HERBATA Z/C* 250ml ,<br>**Posiłek nocny:**<br>PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( ***MLE***), KEFIR NATURALNY 150ml (***MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2569.64 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10815.48 kJ; Białko ogółem: 141.92 g; Tłuszcz: 74.37 g; Węglowodany ogółem: 346.50 g; suma cukrów prostych: 110.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.42 g; Błonnik pokarmowy: 28.25 g; Sól: 5.57 g; | | |



**Własność FUDEKOS.A.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **wtorek 2024-02-27** | **Dieta: BOGATOBIAŁKOWA** | |
| PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( ***GLU, MLE***), CHLEB RAZOWY * 40g ( ***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt , MASŁO EXTRA 82% 15g (***MLE***), SAŁATA MASŁOWA 10g , SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g (***MLE, GOR, SO2***), POMIDOR 60g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml ( ***GLU, SOJ, MLE, GOR***), TWAROŻEK 70G ZNAT PIETR 5G* 75g (***MLE***), BROKUŁY GOTOWANE 60g ,<br>**II Śniadanie:**<br>JABŁKO PIECZONE Z SEREM* 150g ( ***MLE***), | ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml ( ***GLU, MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PIECZEŃ WP GOT* 80g , SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OL/ 100g , KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SOS WŁASNY* 100ml ( ***GLU, MLE, SEL***), FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ***),<br>**Podwieczorek:**<br>BUDYŃ* 150ml (***MLE***), | BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), CHLEB RAZOWY* 60g ( ***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g (***MLE***), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g (***MLE, GOR***), WARZYWA GOTOWANE* 80g (***SEL***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,<br>**Posiłek nocny:**<br>KEFIR NATURALNY 150ml ( ***MLE***), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g , |
| **Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2541.90 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10468.60 kJ; Białko ogółem: 124.64 g; Tłuszcz: 80.81 g; Węglowodany ogółem: 343.40 g; suma cukrów prostych: 100.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.61 g; Błonnik pokarmowy: 30.85 g; Sól: 6.75 g; | | |
| **wtorek 2024-02-27** | **Dieta: DZIECIĘCA 1-3** | |
| PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 150ml ( ***GLU, MLE***), BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 5g ( ***MLE***), SZYNKA Z LIŚCIEM* 30g (***MLE, GOR, SO2***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , POMIDOR B/SKÓRY 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , TWAROŻEK* 40g ( ***MLE***),<br>**II Śniadanie:**<br>JABŁKO 100g , | ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 200ml ( ***GLU, MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY*/ 60g ( ***GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ***), SOS WŁASNY* 50ml (***GLU, MLE, SEL***), BURACZKI OPRÓSZANE* 70g ( ***GLU***), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SZPINAK GOTOWANY* 70g (***GLU***),<br>**Podwieczorek:**<br>BUDYŃ* 100ml (***MLE***), | BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 5g (***MLE***), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 30g , WARZYWA GOTOWANE* 80g ( ***SEL***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,<br>**Posiłek nocny:**<br>KEFIR NATURALNY 150ml ( ***MLE***), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (***MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1239.54 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 5217.93 kJ; Białko ogółem: 74.28 g; Tłuszcz: 34.22 g; Węglowodany ogółem: 167.56 g; suma cukrów prostych: 58.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.60 g; Błonnik pokarmowy: 19.10 g; Sól: 3.97 g; | | |
| **wtorek 2024-02-27** | **Dieta: DZIECIĘCA 4-9** | |
| PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 150ml ( ***GLU, MLE***), CHLEB RAZOWY * 30g ( ***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt , MASŁO EXTRA 82% 10g (***MLE***), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g ( ***MLE, GOR, SO2***), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , BROKUŁY GOTOWANE 60g ,<br>**II Śniadanie:**<br>JABŁKO 150g , | ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 200ml ( ***GLU, MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g ( ***GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ***), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OL/ 100g , KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SOS WŁASNY* 100ml (***GLU, MLE, SEL***), FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ***),<br>**Podwieczorek:**<br>BUDYŃ* 150ml (***MLE***), | BUŁKA PSZENNA KROJ* 20g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), CHLEB RAZOWY * 40g ( ***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 10g (***MLE***), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g , WARZYWA GOTOWANE* 80g ( ***SEL***), SAŁATA MASŁOWA* 5g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,<br>**Posiłek nocny:**<br>PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (***MLE***), KEFIR NATURALNY 150ml (***MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1686.69 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7096.92 kJ; Białko ogółem: 87.65 g; Tłuszcz: 48.77 g; Węglowodany ogółem: 236.20 g; suma cukrów prostych: 72.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.78 g; Błonnik pokarmowy: 25.10 g; Sól: 5.98 g; | | |
| **wtorek 2024-02-27** | **Dieta: DZIECIĘCA 10-18** | |
| PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( ***GLU, MLE***), CHLEB RAZOWY * 40g ( ***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt , MASŁO EXTRA 82% 15g (***MLE***), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g ( ***MLE, GOR, SO2***), SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml ( ***GLU, SOJ, MLE, GOR***), POMIDOR 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , TWAROŻEK 70G ZNAT PIETR 5G* 75g ( ***MLE***),<br>**II Śniadanie:**<br>JABŁKO 150g , | ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml ( ***GLU, MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g ( ***GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ***), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OL/ 100g , KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SOS WŁASNY* 100ml (***GLU, MLE, SEL***), FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ***),<br>**Podwieczorek:**<br>BUDYŃ* 150ml (***MLE***), | BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), CHLEB RAZOWY * 40g ( ***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 15g (***MLE***), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 70g , WARZYWA GOTOWANE* 80g ( ***SEL***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,<br>**Posiłek nocny:**<br>PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (***MLE***), KEFIR NATURALNY 150ml (***MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2469.97 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10394.86 kJ; Białko ogółem: 125.92 g; Tłuszcz: 73.41 g; Węglowodany ogółem: 340.98 g; suma cukrów prostych: 100.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.45 g; Błonnik pokarmowy: 30.52 g; Sól: 7.69 g; | | |



**Własność FUDEKOS.A.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **wtorek 2024-02-27** | **Dieta: DZIECIĘCA POOPERACYJNA** | |
| PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 200ml ( ***GLU, MLE***), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 15g ( ***MLE***), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g (***MLE, GOR, SO2***), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml ( ***GLU, SOJ, MLE, GOR***), JABŁKO PRAŻONE* 60g , TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g ( ***MLE***), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g ,<br>**II Śniadanie:**<br>JABŁKO PIECZONE* 150g , | ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 200ml ( ***GLU, MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g ( ***GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ***), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( ***GLU***), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SOS WŁASNY* 100ml (***GLU, MLE, SEL***), SZPINAK GOTOWANY* 100g (***GLU***),<br>**Podwieczorek:**<br>BUDYŃ* 150ml (***MLE***), | BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 15g ( ***MLE***), WARZYWA GOTOWANE* 80g ( ***SEL***), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g ( ***MLE, GOR***), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,<br>**Posiłek nocny:**<br>SEREK WANILIOWY HOM* 150ml ( ***MLE***), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( ***MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2187.60 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8981.13 kJ; Białko ogółem: 105.74 g; Tłuszcz: 63.94 g; Węglowodany ogółem: 309.44 g; suma cukrów prostych: 89.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.83 g; Błonnik pokarmowy: 25.71 g; Sól: 6.31 g; | | |
| **wtorek 2024-02-27** | **Dieta: BIEGUNKOWA** | |
| KLEIK Z KASZY MANNY* 400g ( ***GLU***), BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 5g ( ***MLE***), POWIDŁA JABŁKOWE* 70g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , SUCHARY* 30g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE***),<br>**II Śniadanie:**<br>KISIEL* 150ml , | ZUPA RYŻOWA* 400ml ( ***MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY* 100g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MARCHEW GOTOWANA * 150g (***MLE***), HERBATA Z/C* 250ml ,<br>**Podwieczorek:**<br>CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g , | BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 5g ( ***MLE***), RYŻ Z JABŁKIEM* 200g ( ***MLE***), SUCHARY* 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE***), KLEIK Z KASZY MANNY* 400g ( ***GLU***), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,<br>**Posiłek nocny:**<br>KLEIK Z KASZY MANNY* 400g ( ***GLU***), |
| **Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1720.73 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7254.36 kJ; Białko ogółem: 56.81 g; Tłuszcz: 37.04 g; Węglowodany ogółem: 300.07 g; suma cukrów prostych: 42.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.02 g; Błonnik pokarmowy: 30.14 g; Sól: 2.04 g; | | |
| **wtorek 2024-02-27** | **Dieta: BEZGLUTENOWA** | |
| KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( ***MLE***), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g (***MLE, GOR, SO2***), MASŁO EXTRA 82% 15g (***MLE***), TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (***MLE***), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml (***GLU, SOJ, MLE, GOR***), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , CHLEB B/GLUTENOWY* 100g ( ***ORZ, SEZ***),<br>**II Śniadanie:**<br>JABŁKO 150g , | ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml ( ***SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PIECZEŃ WP GOT* 80g , BURACZKI GOTOWANE* 100g , KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SOS JARZYNOWY B/ GLUTENOWY* 100ml ( ***SEL***), FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ***),<br>**Podwieczorek:**<br>BUDYŃ* 150ml (***MLE***), | WARZYWA GOTOWANE* 80g ( ***SEL***), CHLEB B/GLUTENOWY* 120g ( ***ORZ, SEZ***), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g (***MLE***), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g (***MLE, GOR***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,<br>**Posiłek nocny:**<br>KEFIR NATURALNY 150ml ( ***MLE***), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g , |
| **Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2355.54 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9310.25 kJ; Białko ogółem: 103.29 g; Tłuszcz: 75.21 g; Węglowodany ogółem: 324.82 g; suma cukrów prostych: 102.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.87 g; Błonnik pokarmowy: 29.98 g; Sól: 6.66 g; | | |
| **wtorek 2024-02-27** | **Dieta: PAPKOWATA** | |
| PŁATKI OWSIANE NA MLEKU MIX* 400ml ( ***GLU, MLE***), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 10g (***MLE***), TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (***MLE***), SAŁATA MASŁOWA 10g , SZYNKA Z LIŚCIEM MIELONA* 50g (***MLE, GOR, SO2***), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml ( ***GLU, SOJ, MLE, GOR***), JABŁKO PRAŻONE* 60g , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g ,<br>**II Śniadanie:**<br>JABŁKO PIECZONE* 150g , | ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN MIX* 400ml ( ***GLU, MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PIECZEŃ RZYMSKA* 100g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( ***GLU***), SOS WŁASNY* 100ml (***GLU, MLE, SEL***), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SZPINAK GOTOWANY* 100g ( ***GLU***),<br>**Podwieczorek:**<br>SOK POMIDOROWY* 1szt , | WARZYWA GOTOWANE* 80g ( ***SEL***), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 10g (***MLE***), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT MIELONA* 70g ( ***MLE, GOR***), ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (***GLU, MLE, SEL***), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,<br>**Posiłek nocny:**<br>KEFIR NATURALNY 150ml (***MLE***), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (***MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2293.65 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9423.58 kJ; Białko ogółem: 122.30 g; Tłuszcz: 66.02 g; Węglowodany ogółem: 318.21 g; suma cukrów prostych: 101.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.39 g; Błonnik pokarmowy: 34.28 g; Sól: 8.42 g; | | |



**Własność FUDEKOS.A.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **wtorek 2024-02-27** | **Dieta: PAPKOWATA CUKRZYCOWA** | |
| PŁATKI OWSIANE NA MLEKU MIX* 400ml ( ***GLU, MLE***), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 10g (***MLE***), TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (***MLE***), SAŁATA MASŁOWA 10g , POWIDŁA JABŁKOWE* 70g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (***GLU, SOJ, MLE, GOR***), SZYNKA Z LIŚCIEM MIELONA* 50g (***MLE, GOR, SO2***), MARCHEW KARB GOT ZZIOŁ* 60g ,<br>**II Śniadanie:**<br>JABŁKO PIECZONE* 150g , | ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN MIX* 400ml ( ***GLU, MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PIECZEŃ RZYMSKA* 100g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (***GLU***), SOS WŁASNY* 100ml (***GLU, MLE, SEL***), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SZPINAK GOTOWANY* 100g (***GLU***),<br>**Podwieczorek:**<br>SOK POMIDOROWY* 1szt , | WARZYWA GOTOWANE* 80g (***SEL***), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 10g (***MLE***), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT MIELONA* 70g ( ***MLE, GOR***), HERBATA B/CUKRU* 250ml , ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (***GLU, MLE, SEL***),<br>**Posiłek nocny:**<br>KEFIR NATURALNY 150ml (***MLE***), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (***MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2270.90 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9325.73 kJ; Białko ogółem: 122.46 g; Tłuszcz: 66.25 g; Węglowodany ogółem: 311.89 g; suma cukrów prostych: 97.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.43 g; Błonnik pokarmowy: 35.26 g; Sól: 8.42 g; | | |
| **wtorek 2024-02-27** | **Dieta: PAPKOWATA BEZ MLEKA** | |
| PŁATKI OWSIANE NA WYW JARZ. MIX* 400ml (***GLU, MLE, SEL***), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 10g (***MLE***), SZYNKA Z LIŚCIEM MIELONA* 50g (***MLE, GOR, SO2***), JABŁKO PIECZONE* 150g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , MARCHEW KARB GOT ZZIOŁ* 60g , DŻEM JEDNOPORCJOWY 25g/op. 1szt , WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ,<br>**II Śniadanie:**<br>JABŁKO PIECZONE* 150g , | ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN MIX* 400ml ( ***GLU, MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PIECZEŃ RZYMSKA* 100g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (***GLU***), SOS WŁASNY* 100ml (***GLU, MLE, SEL***), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SZPINAK GOTOWANY* 100g (***GLU***),<br>**Podwieczorek:**<br>SOK POMIDOROWY* 1szt , | WARZYWA GOTOWANE* 80g (***SEL***), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 10g (***MLE***), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT MIELONA* 70g ( ***MLE, GOR***), ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (***GLU, MLE, SEL***), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,<br>**Posiłek nocny:**<br>ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml ( ***GLU, MLE, SEL***), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (***MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2215.18 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9081.32 kJ; Białko ogółem: 103.17 g; Tłuszcz: 61.96 g; Węglowodany ogółem: 329.59 g; suma cukrów prostych: 83.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.36 g; Błonnik pokarmowy: 41.33 g; Sól: 7.63 g; | | |
| **wtorek 2024-02-27** | **Dieta: PŁYNNA** | |
| PŁATKI OWSIANE NA MLEKU PŁYNNA* 400ml (***GLU, JAJ, MLE***), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml (***GLU, SOJ, MLE, GOR***),<br>**II Śniadanie:**<br>KISIEL* 150ml , JOGURT NATURALNY 150ml (***MLE***), | PŁYNNA OB* 500ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL***), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SOK JABŁKOWY* 200ml ,<br>**Podwieczorek:**<br>BUDYŃ* 150ml (***MLE***), | PŁYNNA KOL* 500ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL***), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (***GLU***), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,<br>**Posiłek nocny:**<br>KEFIR NATURALNY 150ml (***MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2184.31 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9190.50 kJ; Białko ogółem: 103.82 g; Tłuszcz: 70.76 g; Węglowodany ogółem: 291.80 g; suma cukrów prostych: 101.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.34 g; Błonnik pokarmowy: 23.20 g; Sól: 2.64 g; | | |
| **wtorek 2024-02-27** | **Dieta: SONDA** | |
| SONDA MLECZNA* 500ml ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE***), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml ( ***GLU, SOJ, MLE, GOR***), KISIEL* 150ml ,<br>**II Śniadanie:**<br>JOGURT NATURALNY 150ml ( ***MLE***), | SONDA OB* 500ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL***), SOK JABŁKOWY* 200ml , KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml ,<br>**Podwieczorek:**<br>BUDYŃ* 150ml (***MLE***), | SONDA KOL* 500ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL***), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (***GLU***), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,<br>**Posiłek nocny:**<br>KEFIR NATURALNY 150ml (***MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2431.73 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10217.48 kJ; Białko ogółem: 115.35 g; Tłuszcz: 86.09 g; Węglowodany ogółem: 306.65 g; suma cukrów prostych: 110.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.33 g; Błonnik pokarmowy: 25.15 g; Sól: 2.74 g; | | |
| **wtorek 2024-02-27** | **Dieta: SONDA BEZ MLEKA** | |
| SONDA B/ MLEKA ŚN* 500ml ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL***), HERBATA B/CUKRU* 250ml , SOK JABŁKOWY* 200ml ,<br>**II Śniadanie:**<br>KISIEL* 150ml , | GALARETKA OWOCOWA PŁYNNA* 150ml ( ***GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ***), SONDA B/MLEKA OB* 500ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL***), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml ,<br>**Podwieczorek:**<br>SOK POMIDOROWY* 1szt , | SONDA B/ML KOL* 500ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL***), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (***GLU***), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,<br>**Posiłek nocny:**<br>SONDA B/ML PN* 500ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2676.37 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11239.32 kJ; Białko ogółem: 114.82 g; Tłuszcz: 85.63 g; Węglowodany ogółem: 378.29 g; suma cukrów prostych: 77.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.39 g; Błonnik pokarmowy: 47.60 g; Sól: 3.70 g; | | |



**Własność FUDEKOS.A.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **wtorek 2024-02-27** | **Dieta: KLEIKOWA** | |
| KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (***GLU***), SUCHARY* 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE***), HERBATA B/CUKRU* 250ml , | KLEIK ZKASZY MANNY* 400g ( ***GLU***), SUCHARY* 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE***), HERBATA Z/C* 250ml , | KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (***GLU***), SUCHARY* 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE***), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,<br>**Posiłek nocny:**<br>KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (***GLU***), SUCHARY 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 854.43 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 3615.94 kJ; Białko ogółem: 25.62 g; Tłuszcz: 9.75 g; Węglowodany ogółem: 166.04 g; suma cukrów prostych: 5.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.15 g; Błonnik pokarmowy: 19.60 g; Sól: 1.19 g; | | |
| **wtorek 2024-02-27** | **Dieta: WEGETARIAŃSKA** | |
| PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( ***GLU, MLE***), CHLEB RAZOWY * 40g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt, MASŁO EXTRA 82% 15g (***MLE***), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml (***GLU, SOJ, MLE, GOR***), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , PASTA JAJECZNA* 60g ( ***JAJ, MLE***), BROKUŁY GOTOWANE 60g , TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (***MLE***),<br>**II Śniadanie:**<br>JABŁKO 150g , | ZUPA ZACIERKOWA ZZIEMN* 400ml ( ***GLU, MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , SOS WIELOWARZYWNY* 180ml ( ***GLU, SEL***), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OL/ 100g , KOMPOT ZMIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ***),<br>**Podwieczorek:**<br>BUDYŃ* 150ml (***MLE***), | WARZYWA GOTOWANE* 80g (***SEL***), CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), CHLEB RAZOWY* 60g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g (***MLE***), SER ŻÓŁTY * 60g (***MLE***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,<br>**Posiłek nocny:**<br>KEFIR NATURALNY 150ml (***MLE***), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g , |
| **Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2520.02 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10587.47 kJ; Białko ogółem: 105.88 g; Tłuszcz: 86.81 g; Węglowodany ogółem: 345.38 g; suma cukrów prostych: 100.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.20 g; Błonnik pokarmowy: 34.31 g; Sól: 5.85 g; | | |

Dietetyk

.....



**Własność FUDEKOS.A.. Wszelkie prawa zastrzeżone**