

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-04-01		
Dieta: PODSTAWOWA		
JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SCHAB BENEDYKTA* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., BROKUŁY GOTOWANE 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDKO PIECZONE * 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), MARCHEW Z GROSZKIEM* 100g (<i>GLU, MLE</i>), POMARAŃCZA 0.5szt., KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/CUKRU* 250ml,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), BURACZKI Z CHRZANEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2176.77 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9146.64 kJ; Białko ogółem: 109.88 g; Tłuszcz: 76.12 g; Węglowodany ogółem: 294.38 g; suma cukrów prostych: 81.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.03 g; Błonnik pokarmowy: 25.94 g; Sól: 6.83 g;		
poniedziałek 2024-04-01		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SCHAB BENEDYKTA* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., POMIDOR 60g, BROKUŁY GOTOWANE 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDKO GOTOWANE* 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), POMARAŃCZA 0.5szt., KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/CUKRU* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2201.50 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9249.12 kJ; Białko ogółem: 111.58 g; Tłuszcz: 79.49 g; Węglowodany ogółem: 291.01 g; suma cukrów prostych: 80.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.98 g; Błonnik pokarmowy: 25.39 g; Sól: 6.68 g;		
poniedziałek 2024-04-01		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SCHAB BENEDYKTA* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), POWIDŁA JABŁKOWE* 40g, BROKUŁY GOTOWANE 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: WAFLE RYŻOWE 15g/op. 15g,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDKO GOTOWANE* 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (<i>MLE</i>), POMARAŃCZA 0.5szt., KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/CUKRU* 250ml, Podwieczorek: SOK POMIDOROWY* 1szt,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), Posiłek nocny: CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO ROŚLINNE 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 30g (<i>MLE, GOR</i>), SAŁATA MASŁOWA 15g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2230.05 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9267.61 kJ; Białko ogółem: 113.01 g; Tłuszcz: 81.93 g; Węglowodany ogółem: 292.64 g; suma cukrów prostych: 60.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.74 g; Błonnik pokarmowy: 30.98 g; Sól: 8.69 g;		
poniedziałek 2024-04-01		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SCHAB BENEDYKTA* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., BROKUŁY GOTOWANE 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDKO GOTOWANE* 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), POMARAŃCZA 0.5szt., KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/CUKRU* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, Posiłek nocny: PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>), BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2219.90 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9330.72 kJ; Białko ogółem: 110.54 g; Tłuszcz: 79.33 g; Węglowodany ogółem: 295.89 g; suma cukrów prostych: 81.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.96 g; Błonnik pokarmowy: 22.91 g; Sól: 6.68 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-04-01		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SCHAB BENEDYKTA* 50g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, POMIDOR B/SKÓRY 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, BUKIET JARZYN GOTOWANY* 60g (SEL),	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDKO GOTOWANE* 160g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (GLU, MLE), KOMPOT ZMIESZOW Z JABŁKIEM B/CIUKRU* 250ml, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 100g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (MLE, GOR, SO2), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C* 250ml, Posiłek nocny: PODPŁOYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE), BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2167.94 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9113.38 kJ; Białko ogółem: 110.12 g; Tłuszcz: 76.29 g; Węglowodany ogółem: 289.44 g; suma cukrów prostych: 75.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.98 g; Błonnik pokarmowy: 21.76 g; Sól: 6.86 g;		
poniedziałek 2024-04-01		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, SZYNKA WP GOT B/SOLI* 60g, JABŁKO PIECZONE* 150g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, BUKIET JARZYN GOTOWANY* 60g (SEL), II Śniadanie: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY 100ml (GLU, MLE, SEL), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (GLU, MLE), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 100g, KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/CIUKRU* 250ml, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA Z UDZCA KURCZAKA* 80g (SEL, GOR), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, Posiłek nocny: PODPŁOYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE), BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2350.40 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9536.66 kJ; Białko ogółem: 112.98 g; Tłuszcz: 64.94 g; Węglowodany ogółem: 343.01 g; suma cukrów prostych: 106.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.58 g; Błonnik pokarmowy: 29.13 g; Sól: 4.59 g;		
poniedziałek 2024-04-01		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SCHAB BENEDYKTA* 50g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, BROKUŁY GOTOWANE 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: WAFLE RYŻOWE 15g/op. 15g,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDKO GOTOWANE* 160g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (GLU, MLE), POMARAŃCZA 0.5szt, KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/CIUKRU* 250ml, Podwieczorek: SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/CIUK* 1szt,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (MLE, GOR, SO2), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 100g (SEL, GOR), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, Posiłek nocny: PODPŁOYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE), BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2455.98 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10323.92 kJ; Białko ogółem: 125.85 g; Tłuszcz: 82.94 g; Węglowodany ogółem: 333.46 g; suma cukrów prostych: 103.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.48 g; Błonnik pokarmowy: 27.73 g; Sól: 7.37 g;		
poniedziałek 2024-04-01		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), SCHAB BENEDYKTA* 50g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, POMIDOR 60g, BROKUŁY GOTOWANE 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: WAFLE RYŻOWE 15g/op. 15g,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 200ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g, UDKO GOTOWANE* 160g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (GLU, MLE), POMARAŃCZA 0.5szt, KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/CIUKRU* 250ml, Podwieczorek: SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/CIUK* 1szt,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (MLE, GOR, SO2), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: PODPŁOYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE), BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1767.77 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7433.30 kJ; Białko ogółem: 99.58 g; Tłuszcz: 58.56 g; Węglowodany ogółem: 238.48 g; suma cukrów prostych: 91.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.76 g; Błonnik pokarmowy: 19.64 g; Sól: 5.61 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-04-01		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), PIECZYWO B/GLUTENOWE* 100g (ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SCHAB BENEDYKTA* 50g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, BROKUŁY GOTOWANE 60g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: KANAPKA Z PIECZ B/GLUT 50G, M.EX Z WARZYWAMI * 1Por (MLE, ORZ, SEZ),	ROSÓŁ Z MAKARONEM BEZGLUTEN* 400ml (JAJ, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDKO GOTOWANE* 160g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), MARCHEW GOTOWANA * 100g (MLE), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/CIUKRU* 250ml, POMARAŃCZA 0.5szt, Podwieczorek: SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/CIUK* 1szt,	PIECZYWO B/GLUTENOWE* 120g (ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (MLE, GOR, SO2), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2352.78 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9857.90 kJ; Białko ogółem: 94.07 g; Tłuszcz: 88.31 g; Węglowodany ogółem: 318.96 g; suma cukrów prostych: 107.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.53 g; Błonnik pokarmowy: 23.79 g; Sól: 7.02 g;		
poniedziałek 2024-04-01		
Dieta: PAKOWATA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU MIX* 400ml (MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, SCHAB BENEDYKTA MIEL* 50g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., JABŁKO PIECZONE* 150g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY 100ml (GLU, MLE, SEL), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (GLU, MLE), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 100g, KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/CIUKRU* 250ml, Podwieczorek: BISZKOPTY B/CIUKRU* 20g (GLU, JAJ, ORZ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 70g (MLE, GOR, SO2), ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2113.40 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8537.30 kJ; Białko ogółem: 102.95 g; Tłuszcz: 61.85 g; Węglowodany ogółem: 316.01 g; suma cukrów prostych: 109.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.13 g; Błonnik pokarmowy: 25.52 g; Sól: 5.71 g;		
poniedziałek 2024-04-01		
Dieta: PŁYNNA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU PŁYNNA* 400ml (JAJ, MLE), JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA PŁYNNA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	PŁYNNA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/CIUKRU* 250ml, KISIEL* 150ml, Podwieczorek: SOK POMIDOROWY* 1szt,	PŁYNNA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), BUDYŃ B/C* 150ml (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1963.74 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7899.28 kJ; Białko ogółem: 97.20 g; Tłuszcz: 66.33 g; Węglowodany ogółem: 252.80 g; suma cukrów prostych: 79.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.09 g; Błonnik pokarmowy: 24.78 g; Sól: 3.62 g;		
poniedziałek 2024-04-01		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SCHAB BENEDYKTA* 50g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., POMIDOR 60g, BROKUŁY GOTOWANE 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ROSÓŁ Z MAKARONEM PEŁNOZIARNISTYM* 400ml (GLU, JAJ, SOJ, SEL), RYŻ BRAZOWY NA SYPKO * 200g, UDKO GOTOWANE* 160g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL* 100g, KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/CIUKRU* 250ml, POMARAŃCZA 0.5szt, Podwieczorek: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G, M.EX, SAŁ. Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (MLE, GOR, SO2), SURÓWKA Z BIAŁEJ RZODKWI, MARCHWI I JABŁKA 100g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 20g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, Posiłek nocny: PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE), BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2607.89 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10963.72 kJ; Białko ogółem: 120.32 g; Tłuszcz: 86.73 g; Węglowodany ogółem: 369.41 g; suma cukrów prostych: 85.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.32 g; Błonnik pokarmowy: 37.01 g; Sól: 8.94 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-04-02		
Dieta: PODSTAWOWA		
PŁATKI OWSIANE 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>), SZYNKOWA WP. DĘBOWA* 50g (<i>SOJ, MLE, GOR, SO2</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMN ŻW* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA GRYCZANA NA SYPKO 200g , BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (<i>GLU</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA ZCZERWONEJ KAP Z OLI 100g , FASOLKA SZPARAGOWA GOT Z BUŁKĄ TARTA* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (<i>SOJ</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX, SZYNKĄ DĘBOWĄ 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2571.65 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10813.97 kJ; Białko ogółem: 127.11 g; Tłuszcz: 85.87 g; Węglowodany ogółem: 337.56 g; suma cukrów prostych: 69.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.10 g; Błonnik pokarmowy: 31.30 g; Sól: 7.90 g;		
wtorek 2024-04-02		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
PŁATKI OWSIANE 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>), SZYNKOWA WP. DĘBOWA* 50g (<i>SOJ, MLE, GOR, SO2</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JEĆZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (<i>GLU</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OLI 100g (<i>SEL</i>), MANDARYNKA 100g , KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (<i>SOJ</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX, SZYNKĄ DĘBOWĄ 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2301.12 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9682.29 kJ; Białko ogółem: 114.99 g; Tłuszcz: 68.77 g; Węglowodany ogółem: 321.29 g; suma cukrów prostych: 66.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.15 g; Błonnik pokarmowy: 33.11 g; Sól: 6.96 g;		
wtorek 2024-04-02		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP. DĘBOWA* 50g (<i>SOJ, MLE, GOR, SO2</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , RZODKIEWKA 20g , POMIDOR 60g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: JABŁKO 150g ,	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JEĆZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (<i>GLU</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OLI 100g (<i>SEL</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ</i>), Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (<i>SOJ</i>), Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWEGO 50G, M.EX, SAŁATA SZYNKĄ DĘBOWĄ 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2539.39 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10681.15 kJ; Białko ogółem: 126.22 g; Tłuszcz: 76.04 g; Węglowodany ogółem: 356.41 g; suma cukrów prostych: 74.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.71 g; Błonnik pokarmowy: 39.44 g; Sól: 7.98 g;		
wtorek 2024-04-02		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
PŁATKI OWSIANE 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>), POMIDOR 60g , SZYNKOWA WP. DĘBOWA* 50g (<i>SOJ, MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), RZODKIEWKA 20g , TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>),	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JEĆZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (<i>GLU</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OLI 100g (<i>SEL</i>), MANDARYNKA 100g , KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (<i>SOJ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX, SZYNKĄ DĘBOWĄ 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2319.52 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9763.89 kJ; Białko ogółem: 113.95 g; Tłuszcz: 68.61 g; Węglowodany ogółem: 326.17 g; suma cukrów prostych: 67.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.13 g; Błonnik pokarmowy: 30.63 g; Sól: 6.96 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-04-02		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA WP. DĘBOWA* 50g (<i>SOJ, MLE, GOR, SO2</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), JABŁKO PRAŻONE* 60g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMN DIETA* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (<i>GLU</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), CUKINIA PIECZONA* 100g , DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNĄ KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (<i>SOJ</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M. EX I SZYMKĄ DĘBOWĄ 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2499.87 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10524.41 kJ; Białko ogółem: 120.18 g; Tłuszcz: 70.37 g; Węglowodany ogółem: 360.12 g; suma cukrów prostych: 67.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.35 g; Błonnik pokarmowy: 28.64 g; Sól: 7.49 g;		
wtorek 2024-04-02		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ZOŁ		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), FILET Z KURCZAKA GOT/B SOLI* 60g , TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), JABŁKO PRAŻONE* 60g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMN DIETA* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml , CUKINIA PIECZONA* 100g , DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA WP GOT B/SOLI* 70g , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M. EX, FILETA Z KURCZAKA GOT 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2386.43 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10047.07 kJ; Białko ogółem: 144.14 g; Tłuszcz: 67.08 g; Węglowodany ogółem: 314.24 g; suma cukrów prostych: 65.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.61 g; Błonnik pokarmowy: 25.47 g; Sól: 4.24 g;		
wtorek 2024-04-02		
Dieta: BOGATOBIĄŁKOWA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNĄ KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA WP. DĘBOWA* 50g (<i>SOJ, MLE, GOR, SO2</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , RZODKIEWKA 20g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: JABŁKO PIECZONE Z SEREM* 150g (<i>MLE</i>),	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (<i>GLU</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OLI 100g (<i>SEL</i>), MANDARYNKA 100g , KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (<i>SOJ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M. EX, SZYMKĄ DĘBOWĄ 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2478.92 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10432.69 kJ; Białko ogółem: 123.94 g; Tłuszcz: 70.83 g; Węglowodany ogółem: 352.92 g; suma cukrów prostych: 88.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.88 g; Błonnik pokarmowy: 34.83 g; Sól: 7.29 g;		
wtorek 2024-04-02		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 20g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNĄ KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA WP. DĘBOWA* 50g (<i>SOJ, MLE, GOR, SO2</i>), TWAROŻEK* 50g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA ZI C* 250ml , II Śniadanie: BISZKOPTY B/CUKRU* 20g (<i>GLU, JAJ, ORZ</i>),	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI * 200ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (<i>MLE</i>), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 50ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OLI 100g (<i>SEL</i>), MANDARYNKA 100g , KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml , Podwieczorek: TRUSKAWKI MROŻ W GALARETCIE OW* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>),	BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (<i>SOJ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M. EX, SZYMKĄ DĘBOWĄ 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1702.49 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7168.50 kJ; Białko ogółem: 95.01 g; Tłuszcz: 46.69 g; Węglowodany ogółem: 236.08 g; suma cukrów prostych: 69.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.74 g; Błonnik pokarmowy: 23.75 g; Sól: 5.91 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-04-02		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
RYŻNA MLEKU* 350ml (MLE), PIECZYWO B/GLUTENOWE* 100g (ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKOWA WP. DĘBOWA* 50g (SOJ, MLE, GOR, SO2), TWAROŻEK* 70g (MLE), POMIDOR 60g, RZODKIEWKA 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA Z/C* 250ml, II Śniadanie: JABŁKO 150g,	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAK B/ GLUT* 400ml (MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA B/GLUTENU* 80g, SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g (SEL), CUKINIA PIECZONA* 100g, KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	PIECZYWO B/GLUTENOWE* 120g (ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (SOJ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, MARCHEW KARB GOT Z ZIOL* 80g, Posiłek nocny: KANAPKA Z PIECZB/GLUT 50G, M.EX., SAŁ, SZYNKĄ DĘBOWĄ 20G* 1Por (MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2258.48 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9467.85 kJ; Białko ogółem: 96.94 g; Tłuszcz: 73.40 g; Węglowodany ogółem: 308.94 g; suma cukrów prostych: 87.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.18 g; Błonnik pokarmowy: 29.77 g; Sól: 8.41 g;		
wtorek 2024-04-02		
Dieta: PANKOWATA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKOWA WP. DĘBOWA MIELONA* 50g (SOJ, MLE, GOR, SO2), TWAROŻEK* 70g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), JABŁKO PRAŻONE* 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAK MIX* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, ŻRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), CUKINIA PIECZONA* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), MARCHEW KARB GOT Z ZIOL* 80g, POŁĘDWICA SOP DROB MIEL* 70g (SOJ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM B/ CUK* 200ml (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2200.92 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9257.84 kJ; Białko ogółem: 118.82 g; Tłuszcz: 64.71 g; Węglowodany ogółem: 299.62 g; suma cukrów prostych: 86.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.38 g; Błonnik pokarmowy: 29.63 g; Sól: 5.62 g;		
wtorek 2024-04-02		
Dieta: PŁYNNA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU PŁYNNYM* 400ml (GLU, JAJ, MLE), KISIEL* 150ml, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE),	PŁYNNA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), SOK JABŁKOWY* 200ml, KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	PŁYNNA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU), Posiłek nocny: BUDYŃ* 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2225.29 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9361.04 kJ; Białko ogółem: 113.98 g; Tłuszcz: 72.05 g; Węglowodany ogółem: 289.02 g; suma cukrów prostych: 98.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.69 g; Błonnik pokarmowy: 23.40 g; Sól: 3.16 g;		
wtorek 2024-04-02		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKOWA WP. DĘBOWA* 50g (SOJ, MLE, GOR, SO2), TWAROŻEK* 70g (MLE), POMIDOR 60g, RZODKIEWKA 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA KALAFIOROWA Z MAK PEŁNOZIAR* 400ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KASZA GRYZANA NA SYPKO 200g, BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (GLU), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g (SEL), FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, Podwieczorek: KIWI 150g,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (SOJ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, MARCHEW KARB GOT Z ZIOL* 80g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX., SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2609.52 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10975.11 kJ; Białko ogółem: 127.53 g; Tłuszcz: 77.55 g; Węglowodany ogółem: 367.77 g; suma cukrów prostych: 81.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.45 g; Błonnik pokarmowy: 42.45 g; Sól: 9.06 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-04-03		
Dieta: PODSTAWOWA		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), RUKOLA* 15g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), POMIDOR 60g,	ZUPA PIECZARKOWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, GOŁĄBKI Z MIĘSA I RYŻU* 260g, SOS POMIDOROWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, SURÓWKA Z BIAŁEJ RZODKWI, MARCHWI I JABŁKA Z JOG*/ 100g (<i>MLE</i>), MANDARYNKA 100g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), BURACZKI Z CHRZANEM/ 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM ZC* 250ml, BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX. SAŁATA, SZYNKA, TOSTOWA 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2568.00 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10748.60 kJ; Białko ogółem: 108.12 g; Tłuszcz: 72.77 g; Węglowodany ogółem: 387.40 g; suma cukrów prostych: 96.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.19 g; Błonnik pokarmowy: 35.62 g; Sól: 9.82 g;		
środa 2024-04-03		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), RUKOLA* 15g, POMIDOR 60g,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIANKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (<i>JAJ</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCHWI, JABŁKA Z JOG/ 100g (<i>MLE</i>), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, SOS POMIDOROWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SZPINAK GOTOWANY* 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% 15g (<i>MLE</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM ZC* 250ml, POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX. SAŁATA, SZYNKA, TOSTOWA 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2293.79 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9585.59 kJ; Białko ogółem: 104.61 g; Tłuszcz: 69.85 g; Węglowodany ogółem: 325.15 g; suma cukrów prostych: 62.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.15 g; Błonnik pokarmowy: 28.37 g; Sól: 8.20 g;		
środa 2024-04-03		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), RUKOLA* 15g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), POMIDOR 60g, II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIANKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (<i>JAJ</i>), SOS POMIDOROWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z BIAŁEJ RZODKWI, MARCHWI I JABŁKA Z JOG*/ 100g (<i>MLE</i>), SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU</i>), Podwieczorek: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWY 50G, M.EX. SAŁATA, SZYNKA, TOSTOWA 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2399.61 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10036.83 kJ; Białko ogółem: 109.02 g; Tłuszcz: 67.77 g; Węglowodany ogółem: 354.44 g; suma cukrów prostych: 79.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.49 g; Błonnik pokarmowy: 33.58 g; Sól: 11.45 g;		
środa 2024-04-03		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), RUKOLA* 15g, POMIDOR 60g, PASTA DROBNO-WARZYWNA* 60g (<i>SEL, GOR</i>),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIANKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (<i>JAJ</i>), SOS POMIDOROWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCHWI, JABŁKA Z JOG/ 100g (<i>MLE</i>), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, SZPINAK GOTOWANY* 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>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM ZC* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX. SAŁATA, SZYNKA, TOSTOWA 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2309.72 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9658.98 kJ; Białko ogółem: 102.73 g; Tłuszcz: 68.49 g; Węglowodany ogółem: 333.96 g; suma cukrów prostych: 65.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.94 g; Błonnik pokarmowy: 27.78 g; Sól: 8.15 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-04-03 Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (GLU, JAJ, MLE), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), POMIDOR B/SKÓRY 60g, HERBATA Z/C* 250ml, PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g (SEL, GOR), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (JAJ), SOS PIETRUSZKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, BROKUŁY GOTOWANE B/ŁODYGI 100g,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, POŁĘDWICA DROB ANI 70g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX. SAŁATĄ, SZYNKĄ, TOSTOWĄ 20G 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2202.97 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9219.69 kJ; Białko ogółem: 96.77 g; Tłuszcz: 58.37 g; Węglowodany ogółem: 335.56 g; suma cukrów prostych: 57.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.80 g; Błonnik pokarmowy: 26.57 g; Sól: 7.71 g;		
środa 2024-04-03 Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (GLU, JAJ, MLE), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, POMIDOR B/SKÓRY 60g, KAKAO NA MLEKU B/CUKRU* 250ml (MLE), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g (SEL, GOR), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 200ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (JAJ), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), SOS PIETRUSZKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), MARCHEW GOTOWANA * 100g (MLE), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZ* 20g,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SCHAB GOT B/SOLI * 70g, Posiłek nocny: BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SCHAB GOT B/SOLI * 20g, MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2371.58 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9995.69 kJ; Białko ogółem: 111.54 g; Tłuszcz: 64.46 g; Węglowodany ogółem: 349.40 g; suma cukrów prostych: 59.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.82 g; Błonnik pokarmowy: 25.47 g; Sól: 4.28 g;		
środa 2024-04-03 Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (GLU, JAJ, MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), KAKAO NA MLEKU B/CUKRU* 250ml (MLE), RUKOLA* 15g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), POMIDOR 60g, II Śniadanie: KANAPKA Z CHL RAZ 40G, M.EX. SAŁ, SERA BIAŁEGO 50 G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI * 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (JAJ), SOS POMIDOROWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH. JABŁ. KUK Z JOG/ 100g (MLE), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), Podwieczorek: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, POŁĘDWICA DROB ANI 70g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX. SAŁATĄ, SZYNKĄ, TOSTOWĄ 20G 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2609.19 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10913.39 kJ; Białko ogółem: 119.52 g; Tłuszcz: 81.20 g; Węglowodany ogółem: 363.61 g; suma cukrów prostych: 76.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.87 g; Błonnik pokarmowy: 28.24 g; Sól: 8.85 g;		
środa 2024-04-03 Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 200ml (GLU, JAJ, MLE), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 40g (MLE, GOR, SO2), RUKOLA* 15g, KAKAO NA MLEKU B/CUKRU* 250ml (MLE), POMIDOR 60g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), II Śniadanie: SOK JABŁKOWY* 200ml,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI * 200ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g, GOŁĄBK I RYŻU W KAP. PEKIŃSKIE* (2 SZT) 260g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), SOS POMIDOROWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), KIWI* 1szt, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), Podwieczorek: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 20g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, POŁĘDWICA DROB ANI 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 30G, M.EX. SAŁATY, POL. SOP.DR 10G 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1796.25 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7557.21 kJ; Białko ogółem: 82.85 g; Tłuszcz: 48.88 g; Węglowodany ogółem: 267.41 g; suma cukrów prostych: 88.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.91 g; Błonnik pokarmowy: 23.28 g; Sól: 5.97 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-04-03		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
MAKARON B/GLUTENOWY NA MLEKU* 350ml (JAJ, MLE), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYŃKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), RUKOLA* 15g, HERBATA Z/C* 250ml, POMIDOR 60g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAK B/GLUTENU* 400ml (MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, SOS POMIDOROWY B/GLUTENU* 100ml (MLE, SEL), SZPINAK GOTOWANY B/GLUTENU* 150g, SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁKUK Z JOG/ 100g (MLE), KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU B/GLUTENU* 110g (JAJ), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, Podwieczorek: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, POŁĘDWICA DROB ANI 70g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z PIECZ B/GLUT 50G, M. EX., SAŁ, POL. SOP 20G 1Por (MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2332.21 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9774.40 kJ; Białko ogółem: 85.72 g; Tłuszcz: 79.15 g; Węglowodany ogółem: 325.94 g; suma cukrów prostych: 84.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.04 g; Błonnik pokarmowy: 28.59 g; Sól: 9.74 g;		
środa 2024-04-03		
Dieta: PAKOWATA		
MAKARON ŚWID NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, JAJ, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g (SEL, GOR), II Śniadanie: SOK JABŁKOWY* 200ml,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (JAJ), SOS POMIDOROWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, BROKUŁY GOTOWANE B/LODYGI 100g, Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, POŁĘDWICA SOP DROB MIEL* 70g (SOJ), Posiłek nocny: RYŻ Z WARZYWAMI* 200g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2399.77 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10107.06 kJ; Białko ogółem: 110.39 g; Tłuszcz: 63.11 g; Węglowodany ogółem: 363.12 g; suma cukrów prostych: 113.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.31 g; Błonnik pokarmowy: 29.25 g; Sól: 4.43 g;		
środa 2024-04-03		
Dieta: PŁYNNA		
MAKARON ŚWID NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, JAJ, MLE), KISIEL* 150ml, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE), II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	PŁYNNA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), Podwieczorek: GALARETKA OWOCOWA PŁYNNA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	PŁYNNA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM B/CIUK* 200ml (GLU, MLE), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, BUDYŃ B/C* 150ml (MLE), Posiłek nocny: KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2168.36 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9126.78 kJ; Białko ogółem: 98.99 g; Tłuszcz: 65.53 g; Węglowodany ogółem: 304.46 g; suma cukrów prostych: 87.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.14 g; Błonnik pokarmowy: 23.86 g; Sól: 2.62 g;		
środa 2024-04-03		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (GLU, JAJ, MLE), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYŃKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), RUKOLA* 15g, HERBATA Z/C* 250ml, POMIDOR 60g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), II Śniadanie: KANAPKA Z CHL RAZ 30G M.R. SZYŃKĄ, DĘB DR30G. 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ),	ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM PEŁNOZIARNISTYM* 400ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (JAJ), SOS POMIDOROWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁKUK Z JOG/ 100g (MLE), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, Podwieczorek: JABŁKO 150g,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, POŁĘDWICA DROB ANI 70g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M. EXZ WARZYW30G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2485.48 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10451.69 kJ; Białko ogółem: 103.22 g; Tłuszcz: 71.49 g; Węglowodany ogółem: 370.69 g; suma cukrów prostych: 71.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.15 g; Błonnik pokarmowy: 34.15 g; Sól: 9.32 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-04-04		
Dieta: PODSTAWOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g (<i>MLE</i>), SAŁATA LODOWA* 20g, POMIDOR 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA PEJZANKA* 400ml (<i>SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g, SOS JARZYNOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), SAŁATKA ZBURAKA I JABŁKA Z OLEJEM* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 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>), SAŁATKA Z RYŻU, BROKUŁA I WĘDLINY ZW* 120g (<i>JAJ, MLE, GOR</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 40g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, JABŁKO 150g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2314.44 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9640.56 kJ; Białko ogółem: 110.85 g; Tłuszcz: 69.72 g; Węglowodany ogółem: 325.94 g; suma cukrów prostych: 77.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.30 g; Błonnik pokarmowy: 31.20 g; Sól: 7.21 g;		
czwartek 2024-04-04		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA LODOWA* 20g, POMIDOR 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC ZKURCZAKA PIECZONY* 80g, SOS JARZYNOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), SAŁATKA ZBURAKA I JABŁKA Z OLEJEM* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 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, BROKUŁA I WĘDLINY Z OLEJEM* 120g (<i>MLE, GOR</i>), JABŁKO 150g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2426.75 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10103.00 kJ; Białko ogółem: 110.92 g; Tłuszcz: 81.43 g; Węglowodany ogółem: 326.17 g; suma cukrów prostych: 74.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.99 g; Błonnik pokarmowy: 29.28 g; Sól: 6.91 g;		
czwartek 2024-04-04		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g (<i>MLE</i>), SAŁATA LODOWA* 20g, POMIDOR 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC ZKURCZAKA PIECZONY* 80g, SOS JARZYNOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), SAŁATKA ZBURAKA I JABŁKA Z OLEJEM* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, Podwieczorek: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 30G, M.R., FILETA KRÓL. 30G, SAŁATY 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, SAŁATKA Z RYŻU, BROKUŁA I WĘDLINY Z OLEJEM* 120g (<i>MLE, GOR</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 40g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), JABŁKO 150g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX, SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2651.74 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11044.95 kJ; Białko ogółem: 115.71 g; Tłuszcz: 90.31 g; Węglowodany ogółem: 360.69 g; suma cukrów prostych: 72.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.91 g; Błonnik pokarmowy: 34.65 g; Sól: 8.22 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-04-04		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), SAŁATA LODOWA* 20g, POMIDOR 60g,	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC ZKURCZĄKA PIECZONY* 80g, SOS JARZYNOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLEJEM* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, SAŁATKA Z RYŻU, BROKUŁA I WĘDLINY Z OLEJEM* 120g (<i>MLE, GOR</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 40g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), JABŁKO 150g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2435.95 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10143.80 kJ; Białko ogółem: 110.40 g; Tłuszcz: 81.35 g; Węglowodany ogółem: 328.61 g; suma cukrów prostych: 74.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.98 g; Błonnik pokarmowy: 28.04 g; Sól: 6.91 g;		
czwartek 2024-04-04		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g,	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC ZKURCZĄKA PIECZONY* 80g, SOS JARZYNOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, BURACZKI GOTOWANE* 100g,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (<i>MLE</i>), SAŁATKA Z RYŻU I WARZYW Z WĘDL Z OLEJEM* 120g (<i>MLE, SEL, GOR</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 40g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2452.59 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10218.75 kJ; Białko ogółem: 111.27 g; Tłuszcz: 79.67 g; Węglowodany ogółem: 335.75 g; suma cukrów prostych: 75.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.52 g; Błonnik pokarmowy: 27.99 g; Sól: 7.05 g;		
czwartek 2024-04-04		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ZOŁ		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SER BIAŁY KROJONY* 70g (<i>MLE</i>), HERBATA B/CUKRU* 250ml, POMIDOR B/SKÓRY 60g, JABŁKO PIECZONE* 150g, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (<i>MLE</i>), SAŁATKA Z RYŻU I WARZYW Z WĘDL Z OLEJEM* 120g (<i>MLE, SEL, GOR</i>), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 40g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2405.79 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10020.20 kJ; Białko ogółem: 115.70 g; Tłuszcz: 79.31 g; Węglowodany ogółem: 319.66 g; suma cukrów prostych: 76.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.72 g; Błonnik pokarmowy: 26.34 g; Sól: 5.92 g;		
czwartek 2024-04-04		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA LODOWA* 20g, POMIDOR 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC ZKURCZĄKA PIECZONY* 80g, SOS JARZYNOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLEJEM* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, Podwieczorek: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G,M,EX,SAI, POL SOP DR 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SAŁATKA Z RYŻU, BROKUŁA I WĘDLINY Z OLEJEM* 120g (<i>MLE, GOR</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 60g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, JABŁKO 150g, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2716.75 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11321.50 kJ; Białko ogółem: 124.66 g; Tłuszcz: 92.25 g; Węglowodany ogółem: 361.22 g; suma cukrów prostych: 81.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.30 g; Błonnik pokarmowy: 30.70 g; Sól: 8.11 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-04-04		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 150ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 50g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 40g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA LODOWA* 20g, POMIDOR 60g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 200ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g, UDZIEC ZKURCZAKA PIECZONY* 80g, SOS JARZYNOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLEJEM* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, Podwieczorek: SOK JABŁKOWY* 200ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO 82% 5g (<i>MLE</i>), SAŁATKA Z RYŻU, BROKUŁA I WĘDLINY Z OLEJEM* 80g (<i>MLE, GOR</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, JABŁKO 100g, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1676.06 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6991.02 kJ; Białko ogółem: 80.34 g; Tłuszcz: 48.29 g; Węglowodany ogółem: 239.69 g; suma cukrów prostych: 70.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.80 g; Błonnik pokarmowy: 20.68 g; Sól: 4.99 g;		
czwartek 2024-04-04		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
MAKARON B/GLUTENOWY NA MLEKU* 350ml (<i>JAJ, MLE</i>), PIECZYWO B/GLUTENOWE* 100g (<i>ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA LODOWA* 20g, POMIDOR 60g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml (<i>MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC ZKURCZAKA PIECZONY* 80g, SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLEJEM* 100g, DYNIA DUSZONA B/GLUTENU* 100g, SOS JARZYNOWY B/ GLUTENOWY* 100ml (<i>SEL</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, Podwieczorek: KANAPKA Z PIECZ B/GLUTZ M, SAŁ, FILETEM KRÓLEWSKIM* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),	PIECZYWO B/GLUTENOWE* 120g (<i>ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), SAŁATKA Z RYŻU, BROKUŁA I WĘDLINY ZW* 120g (<i>JAJ, MLE, GOR</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, JABŁKO 150g, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2406.13 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9992.24 kJ; Białko ogółem: 91.65 g; Tłuszcz: 85.13 g; Węglowodany ogółem: 324.22 g; suma cukrów prostych: 76.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.72 g; Błonnik pokarmowy: 25.86 g; Sól: 6.47 g;		
czwartek 2024-04-04		
Dieta: PAKOWATA		
PŁATKI JĘCZMIENNE 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 Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), JABŁKO PRAŻONE* 70g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN MIX* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS JARZYNOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, Podwieczorek: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO 82% 10g (<i>MLE</i>), SAŁATKA Z RYŻU I WARZYW W WĘDL Z OLEJEM* 120g (<i>MLE, SEL, GOR</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA MIELONA* 40g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2368.11 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9860.79 kJ; Białko ogółem: 117.77 g; Tłuszcz: 76.84 g; Węglowodany ogółem: 316.41 g; suma cukrów prostych: 86.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.22 g; Błonnik pokarmowy: 31.12 g; Sól: 7.59 g;		
czwartek 2024-04-04		
Dieta: PŁYNNA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU PŁYNNY* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: KISIEL* 150ml,	PŁYNNY OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), SOK POMIDOROWY* 1szt, KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, Podwieczorek: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),	PŁYNNY KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (<i>GLU</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2163.06 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9096.30 kJ; Białko ogółem: 106.59 g; Tłuszcz: 70.55 g; Węglowodany ogółem: 286.24 g; suma cukrów prostych: 84.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.20 g; Błonnik pokarmowy: 27.69 g; Sól: 4.43 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-04-04		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
<p>PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g (<i>MLE</i>), SAŁATA LODOWA* 20g, POMIDOR 60g, POLEDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),</p> <p>II Śniadanie: SURÓWKA Z KAP PEK, POMID,KUK ZOLEJEM* 130g, KISIEL B/C* 150ml,</p>	<p>ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMNI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERLOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g, SOS JARZYNOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLEJEM* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT ZMIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml,</p> <p>Podwieczorek: SOK POMIDOROWY* 1szt,</p>	<p>CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SAŁATKA Z RYŻU, BROKUŁA I WĘDLINY ZW* 120g (<i>JAJ, MLE, GOR</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 40g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, JABŁKO 150g,</p> <p>Posiłek nocny: PODPŁOYMIKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>), JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2734.31 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11401.46 kJ; Białko ogółem: 119.36 g; Tłuszcz: 83.77 g; Węglowodany ogółem: 395.53 g; suma cukrów prostych: 87.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.36 g; Błonnik pokarmowy: 41.57 g; Sól: 8.97 g;</p>		
piątek 2024-04-05		
Dieta: PODSTAWOWA		
<p>KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, RUKOLA* 15g,</p>	<p>ZUPA RUMFORDZKA* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET SMAŻONY (MIRUNA)* 110g (<i>GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), BROKUŁY GOTOWANE * 100g, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA B/C* 250g, SURÓWKA COLESŁAW Z JOG*/ 100g (<i>JAJ, MLE, GOR</i>),</p>	<p>CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, OGÓREK KISZONY* 80g, BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),</p> <p>Posiłek nocny: KANAPKA Z BULKI50G, M.EX, SAŁATĄ, SZYNKA DĘBOWA20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2534.01 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10676.18 kJ; Białko ogółem: 99.55 g; Tłuszcz: 73.13 g; Węglowodany ogółem: 385.01 g; suma cukrów prostych: 60.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.04 g; Błonnik pokarmowy: 31.11 g; Sól: 8.62 g;</p>		
piątek 2024-04-05		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
<p>KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, CUKINIA PAROWANA Z ZIOLAMI* 60g, RUKOLA* 15g,</p>	<p>ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA B/C* 250g, BROKUŁY GOTOWANE * 100g,</p>	<p>BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR * 80g,</p> <p>Posiłek nocny: KANAPKA Z BULKI50G, M.EX, SAŁATĄ, SZYNKA DĘBOWA20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2115.32 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8916.60 kJ; Białko ogółem: 87.55 g; Tłuszcz: 58.68 g; Węglowodany ogółem: 323.57 g; suma cukrów prostych: 51.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.68 g; Błonnik pokarmowy: 27.34 g; Sól: 6.77 g;</p>		
piątek 2024-04-05		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
<p>KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, RUKOLA* 15g, POWIDŁA JABŁKOWE* 60g, PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g,</p> <p>II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),</p>	<p>ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻONEJ B/C* 250ml, BROKUŁY GOTOWANE * 100g,</p> <p>Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,</p>	<p>CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, OGÓREK KISZONY* 80g,</p> <p>Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G, M.EX, SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2047.76 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8630.88 kJ; Białko ogółem: 92.06 g; Tłuszcz: 53.69 g; Węglowodany ogółem: 314.94 g; suma cukrów prostych: 63.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.01 g; Błonnik pokarmowy: 30.63 g; Sól: 8.76 g;</p>		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-04-05		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
KASZA MANNANA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI ZINDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, KALAFIOR GOTOWANY* 60g,	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA B/C* 250g, BROKUŁY GOTOWANE * 100g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR * 80g, Posiłek nocny: KANAPKA Z BULKI50G, M.EX, SAŁATA, SZYNKA DĘBOWA20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2147.64 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9057.36 kJ; Białko ogółem: 87.80 g; Tłuszcz: 58.63 g; Węglowodany ogółem: 331.08 g; suma cukrów prostych: 53.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.67 g; Błonnik pokarmowy: 26.15 g; Sól: 6.81 g;		
piątek 2024-04-05		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
KASZA MANNANA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI ZINDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, JABŁKO PRAŻONE* 80g, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g,	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), WARZYWA GOTOWANE* 100g (<i>SEL</i>), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA B/C* 250g, BANAN 1szt,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BULKI50G, M.EX, SAŁATA, SZYNKA DĘBOWA20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2303.98 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9726.69 kJ; Białko ogółem: 86.52 g; Tłuszcz: 51.31 g; Węglowodany ogółem: 389.31 g; suma cukrów prostych: 99.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.57 g; Błonnik pokarmowy: 28.12 g; Sól: 6.87 g;		
piątek 2024-04-05		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ZOŁ		
KASZA MANNANA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 1szt, HERBATA B/CUKRU* 250ml, JABŁKO PRAŻONE* 80g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, SCHAB GOT B/SOLI* 50g, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g, WARZYWA GOTOWANE* 100g (<i>SEL</i>), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA B/C* 250g, Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (<i>MLE</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 80g (<i>SEL, GOR</i>), Posiłek nocny: KANAPKA Z BULKI 50G, M.EX, SERA BIAŁEGO 50G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2305.84 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9714.69 kJ; Białko ogółem: 109.00 g; Tłuszcz: 64.52 g; Węglowodany ogółem: 339.01 g; suma cukrów prostych: 85.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.65 g; Błonnik pokarmowy: 30.44 g; Sól: 4.46 g;		
piątek 2024-04-05		
Dieta: BOGATOBIĄŁKOWA		
KASZA MANNANA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI ZINDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, KALAFIOR GOTOWANY* 60g, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA B/C* 250g, BROKUŁY GOTOWANE * 100g, Podwieczorek: BISZKOPTY B/CUKRU* 20g (<i>GLU, JAJ, ORZ</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, POMIDOR * 80g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G, M.EX, SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2245.24 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9470.46 kJ; Białko ogółem: 94.28 g; Tłuszcz: 58.26 g; Węglowodany ogółem: 350.77 g; suma cukrów prostych: 66.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.85 g; Błonnik pokarmowy: 28.66 g; Sól: 7.44 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-04-05		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
KASZA MANNA NA MLEKU* 150ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, KALAFIOR GOTOWANY* 60g, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 200ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (<i>MLE</i>), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA B/C* 250g, BROKUŁY GOTOWANE * 100g, Podwieczorek: JABŁKO 150g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR * 80g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G, M.EX, SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1765.92 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7445.98 kJ; Białko ogółem: 77.96 g; Tłuszcz: 47.66 g; Węglowodany ogółem: 269.55 g; suma cukrów prostych: 61.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.55 g; Błonnik pokarmowy: 25.34 g; Sól: 6.17 g;		
piątek 2024-04-05		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
RYŻANKA* 400ml (<i>SEL</i>), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (<i>ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), HERBATA B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, KALAFIOR GOTOWANY* 60g, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM B/GLUTENU* 400ml (<i>MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA B/C* 250g, BROKUŁY GOTOWANE 100g, Podwieczorek: KISIEL B/C* 150ml,	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (<i>ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR * 80g, Posiłek nocny: KANAPKA Z PIECZ B/GLUT 50G, M.EX, SAŁ, SZYNKA DĘBOWA 20G 1Por (<i>MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1985.01 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8341.76 kJ; Białko ogółem: 63.84 g; Tłuszcz: 57.01 g; Węglowodany ogółem: 312.10 g; suma cukrów prostych: 57.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.50 g; Błonnik pokarmowy: 27.82 g; Sól: 6.79 g;		
piątek 2024-04-05		
Dieta: PAPKOWATA		
KASZA MANNA NA MLEKU MIX* 400ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA MIEL* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, JABŁKO PRAŻONE* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM MIX* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET RYBNY * 100g (<i>GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), WARZYWA GOTOWANE* 100g (<i>SEL</i>), BROKUŁY GOTOWANE * 100g, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA B/C* 250g, Podwieczorek: KISIEL* 150ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO 82% 10g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP MIELONA* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2096.29 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8842.93 kJ; Białko ogółem: 97.25 g; Tłuszcz: 48.60 g; Węglowodany ogółem: 334.75 g; suma cukrów prostych: 89.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.05 g; Błonnik pokarmowy: 33.55 g; Sól: 7.03 g;		
piątek 2024-04-05		
Dieta: PŁYNNA		
KASZA MANNA NA MLEKU PIYNNNA* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: SOK JABŁKOWY* 200ml,	PŁYNNNA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA B/C* 250g, KISIEL* 150ml, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	PŁYNNNA KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (<i>GLU</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2095.82 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8819.94 kJ; Białko ogółem: 98.04 g; Tłuszcz: 66.18 g; Węglowodany ogółem: 285.50 g; suma cukrów prostych: 92.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.24 g; Błonnik pokarmowy: 22.70 g; Sól: 2.47 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-04-05		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), HERBATA GRAN ZCYTRYNA B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , MIÓD JEDN 25g/op. 2szt , PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g , KALAFIOR GOTOWANY* 60g , II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), RYŻ BRAZOWY NA SYPKO * 200g , RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g , KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA B/C* 250g , BROKUŁY GOTOWANE * 100g , Podwieczorek: SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY Z OL* 130g ,	CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), OGÓREK ŚW 70g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR * 80g , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G, M.EX ,SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2481.10 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10469.75 kJ; Białko ogółem: 99.62 g; Tłuszcz: 60.39 g; Węglowodany ogółem: 406.04 g; suma cukrów prostych: 72.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.83 g; Błonnik pokarmowy: 40.21 g; Sól: 8.33 g;		
sobota 2024-04-06		
Dieta: PODSTAWOWA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g (<i>MLE, GOR</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , JABŁKO 150g , JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>),	ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI ŻW* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 100g (<i>SEL</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2327.03 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9624.93 kJ; Białko ogółem: 100.36 g; Tłuszcz: 68.98 g; Węglowodany ogółem: 344.68 g; suma cukrów prostych: 62.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.78 g; Błonnik pokarmowy: 38.85 g; Sól: 7.44 g;		
sobota 2024-04-06		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g (<i>MLE, GOR</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , JABŁKO 150g , JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>),	ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 100g (<i>SEL</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>), SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2346.03 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9702.93 kJ; Białko ogółem: 102.55 g; Tłuszcz: 71.40 g; Węglowodany ogółem: 341.96 g; suma cukrów prostych: 63.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.86 g; Błonnik pokarmowy: 39.23 g; Sól: 7.32 g;		
sobota 2024-04-06		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g (<i>MLE, GOR</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , JABŁKO 150g , JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), II Śniadanie: KRAKERSY 15g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>),	ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 100g (<i>SEL</i>), Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G, M.EX ,SAŁ, POL SOP DR 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2527.13 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10464.98 kJ; Białko ogółem: 107.80 g; Tłuszcz: 75.53 g; Węglowodany ogółem: 373.35 g; suma cukrów prostych: 63.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.06 g; Błonnik pokarmowy: 40.74 g; Sól: 8.80 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-04-06		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g (<i>MLE, GOR</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, POMIDOR 60g, JABŁKO 150g, PASTA Z BIAŁKA JAJKA* 60g (<i>JAJ</i>),	ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KOMPOT ZMIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 100g (<i>SEL</i>),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2462.44 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10191.55 kJ; Białko ogółem: 110.26 g; Tłuszcz: 78.04 g; Węglowodany ogółem: 347.26 g; suma cukrów prostych: 63.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.84 g; Błonnik pokarmowy: 36.75 g; Sól: 7.57 g;		
sobota 2024-04-06		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g (<i>MLE, GOR</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g, PASTA Z BIAŁKA JAJKA* 60g (<i>JAJ</i>),	ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT ZMIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>),	MARCHEW OPRÓSZANA* 150g (<i>GLU, MLE</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATKA JARZYNOWA 3skł.* 120g (<i>MLE, SEL</i>), HERBATA Z/C* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2237.97 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9250.21 kJ; Białko ogółem: 105.34 g; Tłuszcz: 67.18 g; Węglowodany ogółem: 324.11 g; suma cukrów prostych: 87.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.62 g; Błonnik pokarmowy: 43.63 g; Sól: 7.09 g;		
sobota 2024-04-06		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), FILET Z KURCZAKA GOT./B SOLI* 60g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g, PASTA Z BIAŁKA JAJKA* 60g (<i>JAJ</i>), II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT ZMIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), Podwieczorek: BISZKOPTY B/CIUKRU* 20g (<i>GLU, JAJ, ORZ</i>),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (<i>MLE</i>), SCHAB GOT B/SOLI* 70g, SAŁATKA JARZYNOWA 3skł.* 120g (<i>MLE, SEL</i>), HERBATA Z/C* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2495.24 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10496.96 kJ; Białko ogółem: 138.32 g; Tłuszcz: 74.14 g; Węglowodany ogółem: 336.52 g; suma cukrów prostych: 89.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.53 g; Błonnik pokarmowy: 36.20 g; Sól: 5.13 g;		
sobota 2024-04-06		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g (<i>MLE, GOR</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), POMIDOR 60g, JABŁKO 150g, II Śniadanie: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT ZMIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 100g (<i>SEL</i>), Podwieczorek: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX, POL DROB ANI 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2673.31 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11087.17 kJ; Białko ogółem: 112.03 g; Tłuszcz: 78.64 g; Węglowodany ogółem: 398.07 g; suma cukrów prostych: 79.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.41 g; Błonnik pokarmowy: 39.02 g; Sól: 8.49 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-04-06		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 150ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), POLEDMCA DROB ANI 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, POMIDOR 60g, JABŁKO 100g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI* 200ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JEĆ Z M PERŁOWA NA SYPKO* 100g (<i>GLU</i>), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 100g (<i>SEL</i>), KOMPOT ZMIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, Podwieczerek: BISZKOPTY B/CIUKRU* 20g (<i>GLU, JAJ, ORZ</i>),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 20g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA WP* 60g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW KARB GOT Z ZIOL* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYZOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1768.89 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7435.99 kJ; Białko ogółem: 84.53 g; Tłuszcz: 56.22 g; Węglowodany ogółem: 243.67 g; suma cukrów prostych: 64.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.79 g; Błonnik pokarmowy: 26.93 g; Sól: 6.45 g;		
sobota 2024-04-06		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
RYZNA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (<i>ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g (<i>MLE, GOR</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), JABŁKO 150g, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI B/ GLUT* 400ml (<i>MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, BITKA DROB GOTOWANA* 80g (<i>GLU</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 100g (<i>SEL</i>), Podwieczerek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (<i>ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW KARB GOT Z ZIOL* 80g, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYZOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2152.70 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8865.61 kJ; Białko ogółem: 84.15 g; Tłuszcz: 71.17 g; Węglowodany ogółem: 304.05 g; suma cukrów prostych: 72.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.98 g; Błonnik pokarmowy: 32.95 g; Sól: 7.03 g;		
sobota 2024-04-06		
Dieta: PAKOWATA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU MIX* 400ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA WP MIELONA* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), POMIDOR B/SKÓRY 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYZOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),	ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT ZMIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), Podwieczerek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA WP MIELONA* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), POMIDOR B/SKÓRY 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYZOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2161.46 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8934.70 kJ; Białko ogółem: 104.27 g; Tłuszcz: 62.25 g; Węglowodany ogółem: 312.08 g; suma cukrów prostych: 70.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.51 g; Błonnik pokarmowy: 33.15 g; Sól: 6.39 g;		
sobota 2024-04-06		
Dieta: PŁYNNNA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU PŁYNNNA* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	PŁYNNNA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, GALARETKA OWOCOWA PŁYNNNA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>), Podwieczerek: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	PŁYNNNA KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1957.47 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8226.62 kJ; Białko ogółem: 103.24 g; Tłuszcz: 70.13 g; Węglowodany ogółem: 235.93 g; suma cukrów prostych: 65.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.26 g; Błonnik pokarmowy: 21.93 g; Sól: 2.69 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-04-06 Dieta: BOGATORESZTKOWA		
PLATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄ* 50g (MLE, GOR), HERBATA B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), JABŁKO 150g , II Śniadanie: JABŁKO 150g ,	ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JEĆZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SURÓWKA WARZYWNA Z OGÓRKIEM KISZ Z OL* 100g (SEL), KOMPOT ZMIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , Podwieczorek: SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOG* 130g (MLE),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , MARCHEW KARB GOT Z ZIOL* 80g , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2515.95 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10419.41 kJ; Białko ogółem: 100.67 g; Tłuszcz: 73.91 g; Węglowodany ogółem: 382.72 g; suma cukrów prostych: 85.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.53 g; Błonnik pokarmowy: 43.17 g; Sól: 8.12 g;		
niedziela 2024-04-07 Dieta: PODSTAWOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKOWA WP. DĘBOWA* 50g (SOJ, MLE, GOR, SO2), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , BROKUŁY GOTOWANE 60g ,	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , FILET Z KURCZAKA PANIEROWANY* 110g (GLU, JAJ, SOJ, ORZ), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ, KUK Z JOG/ 100g (MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml , DYNIA DUSZONA* 100g (GLU),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (MLE, GOR, SO2), OGÓREK KISZONY* 70g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C* 250ml , Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2320.20 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9390.72 kJ; Białko ogółem: 96.64 g; Tłuszcz: 72.78 g; Węglowodany ogółem: 331.88 g; suma cukrów prostych: 77.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.40 g; Błonnik pokarmowy: 27.46 g; Sól: 7.98 g;		
niedziela 2024-04-07 Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKOWA WP. DĘBOWA* 50g (SOJ, MLE, GOR, SO2), SAŁATA MASŁOWA 10g , DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , HERBATA B/CUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g ,	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS KOPERKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ, KUK Z JOG/ 100g (MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml , DYNIA DUSZONA* 100g (GLU),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), WARZYWA GOTOWANE * 70g (SEL), SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (MLE, GOR, SO2), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2149.07 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8683.07 kJ; Białko ogółem: 103.19 g; Tłuszcz: 57.31 g; Węglowodany ogółem: 319.03 g; suma cukrów prostych: 82.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.96 g; Błonnik pokarmowy: 30.73 g; Sól: 6.59 g;		
niedziela 2024-04-07 Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKOWA WP. DĘBOWA* 50g (SOJ, MLE, GOR, SO2), SER ŻÓŁTY 20g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , II Śniadanie: MANDARYNKA* 150g ,	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ, KUK Z JOG/ 100g (MLE), SOS KOPERKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml , DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), Podwieczorek: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (MLE, GOR, SO2), OGÓREK KISZONY* 70g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , Posiłek nocny: CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 30g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 15g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2250.47 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9107.45 kJ; Białko ogółem: 110.74 g; Tłuszcz: 65.70 g; Węglowodany ogółem: 317.23 g; suma cukrów prostych: 67.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.26 g; Błonnik pokarmowy: 30.74 g; Sól: 9.26 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-04-07		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYMKOWA WP. DĘBOWA* 50g (SOJ, MLE, GOR, SO2), SAŁATA MASŁOWA 10g , DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , HERBATA B/CUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g ,	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SURÓWKA ZKAP PEK, MARCH, JABŁ, KUK Z JOG/ 100g (MLE), SOS KOPERKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml , DYNIA DUSZONA* 100g (GLU),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% † 15g (MLE), WARZYWA GOTOWANE * 70g (SEL), SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (MLE, GOR, SO2), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2167.47 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8764.67 kJ; Białko ogółem: 102.15 g; Tłuszcz: 57.15 g; Węglowodany ogółem: 323.91 g; suma cukrów prostych: 83.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.93 g; Błonnik pokarmowy: 28.25 g; Sól: 6.59 g;		
niedziela 2024-04-07		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYMKOWA WP. DĘBOWA* 50g (SOJ, MLE, GOR, SO2), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , HERBATA B/CUKRU* 250ml , JABŁKO PRAŻONE* 80g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g ,	ZUPA JARZYNOWA ZMAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), SOS KOPERKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml , JABŁKO PIECZONE* 150g ,	BUŁKA PSZENNNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% † 10g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (MLE, GOR, SO2), HERBATA Z/C* 250ml , WARZYWA GOTOWANE* 80g (SEL), Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2170.89 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8777.47 kJ; Białko ogółem: 97.59 g; Tłuszcz: 53.72 g; Węglowodany ogółem: 337.45 g; suma cukrów prostych: 103.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.65 g; Błonnik pokarmowy: 28.18 g; Sól: 6.53 g;		
niedziela 2024-04-07		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , JABŁKO PRAŻONE* 80g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , SZYMKOWA WP GOT B/SOLI* 60g , II Śniadanie: BISZKOPTY B/CUKRU* 20g (GLU, JAJ, ORZ),	ZUPA JARZYNOWA ZMAKARONEM* 200ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS KOPERKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml , JABŁKO PIECZONE* 150g , Podwieczorek: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% † 10g (MLE), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 80g (SEL, GOR), HERBATA Z/C* 250ml , WARZYWA GOTOWANE* 80g (SEL), Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2217.87 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8973.69 kJ; Białko ogółem: 98.95 g; Tłuszcz: 62.73 g; Węglowodany ogółem: 328.12 g; suma cukrów prostych: 108.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.02 g; Błonnik pokarmowy: 27.44 g; Sól: 3.73 g;		
niedziela 2024-04-07		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , SZYMKOWA WP. DĘBOWA* 50g (SOJ, MLE, GOR, SO2), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , II Śniadanie: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX, POL DROB ANI 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS KOPERKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA ZKAP PEK, MARCH, JABŁ, KUK Z JOG/ 100g (MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml , DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% † 15g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (MLE, GOR, SO2), WARZYWA GOTOWANE * 70g (SEL), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2415.27 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9808.97 kJ; Białko ogółem: 113.22 g; Tłuszcz: 64.23 g; Węglowodany ogółem: 360.01 g; suma cukrów prostych: 91.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.67 g; Błonnik pokarmowy: 30.49 g; Sól: 8.05 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-04-07		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP. DĘBOWA* 30g (<i>SOJ, MLE, GOR, SO2</i>), TWAROŻEK* 50g (<i>MLE</i>), HERBATA B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , II Śniadanie: MANDARYNKA* 150g ,	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM * 200ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (<i>MLE</i>), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ Z JOG*/ 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml , DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), Podwieczorek: TRUSKAWKI MROŻ W GALARETCIE OW* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), WARZYWA GOTOWANE * 70g (<i>SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , Posiłek nocny: PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>), BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1783.76 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7154.65 kJ; Białko ogółem: 94.96 g; Tłuszcz: 47.15 g; Węglowodany ogółem: 257.24 g; suma cukrów prostych: 79.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.19 g; Błonnik pokarmowy: 27.81 g; Sól: 5.73 g;		
niedziela 2024-04-07		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (<i>ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP. DĘBOWA* 50g (<i>SOJ, MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , HERBATA B/CUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , II Śniadanie: MANDARYNKA* 150g ,	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM B/ GLUT* 400ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ Z JOG*/ 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml , DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), Podwieczorek: KANAPKA Z PIECZ B/ GLUT 50G, M. EX. SAŁ., SZYNKĄ Z INDYKA 20G* 1Por (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (<i>ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), WARZYWA GOTOWANE * 70g (<i>SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2267.65 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9156.48 kJ; Białko ogółem: 86.60 g; Tłuszcz: 65.47 g; Węglowodany ogółem: 340.26 g; suma cukrów prostych: 104.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.88 g; Błonnik pokarmowy: 30.81 g; Sól: 8.25 g;		
niedziela 2024-04-07		
Dieta: PAKOWATA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU MIX* 400ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , SZYNKOWA WP. DĘBOWA MIELONA* 50g (<i>SOJ, MLE, GOR, SO2</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , HERBATA B/CUKRU* 250ml , BROKUŁY GOTOWANE 60g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt ,	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM MIX* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml , JABŁKO PIECZONE* 150g , Podwieczorek: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO 82% 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), WARZYWA GOTOWANE* 80g (<i>SEL</i>), Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2181.47 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8817.17 kJ; Białko ogółem: 105.84 g; Tłuszcz: 59.83 g; Węglowodany ogółem: 319.75 g; suma cukrów prostych: 106.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.76 g; Błonnik pokarmowy: 32.36 g; Sól: 7.15 g;		
niedziela 2024-04-07		
Dieta: PŁYNNA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU PŁYNNA* 400ml (<i>JAJ, MLE</i>), KISIEL SONDA* 150ml , HERBATA B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	PŁYNNA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml , SOK POMIDOROWY* 1szt , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	PŁYNNA KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), TWAROŻEK MIX* 110g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1977.42 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7954.19 kJ; Białko ogółem: 109.13 g; Tłuszcz: 67.71 g; Węglowodany ogółem: 243.73 g; suma cukrów prostych: 77.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.05 g; Błonnik pokarmowy: 29.67 g; Sól: 5.30 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-04-07		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYMKOWA WP. DĘBOWA* 50g (SOJ, MLE, GOR, SO2), SAŁATA MASŁOWA 10g, DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, POMIDOR 60g, BROKUŁY GOTOWANE 60g, II Śniadanie: KANAPKA Z CHLEBA RAZM, SAŁ I SZYNKĄ DĘB* 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ),	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM PEŁNOZIARNISTYM* 400ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), RYŻBRĄZOWY NA SYPKO * 200g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ Z JOG*/ 100g (MLE), SOS KOPERKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml, DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), Podwieczorek: POMARAŃCZA 1szt,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), SURÓWKA Z BIAŁEJ RZODKWI, MARCHWI I JABŁKA 100g (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POLEDWICA SOPOCKA WP 70g (MLE, GOR, SO2), Posiłek nocny: PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE), BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2648.46 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10793.41 kJ; Białko ogółem: 116.44 g; Tłuszcz: 61.10 g; Węglowodany ogółem: 426.03 g; suma cukrów prostych: 109.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.80 g; Błonnik pokarmowy: 46.12 g; Sól: 9.90 g;		

Dietetyk

.....