

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-05-20		
Dieta: PODSTAWOWA		
RYŻ 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), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 50g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., OGÓREK ŚWIEŻY 60g, MIX SAŁAT* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE),	ZUPA BARSZCZUKRAIŃSKI Z FASOLĄ BIAŁĄ* 400ml (GLU, MLE, SEL), NALEŚNIKI Z SEREM I CUKREM PUDREM* 300g (GLU, JAJ, MLE), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (MLE), POMARAŃCZA (100g) 0.5szt, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SZYŃKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), SAŁATKA JARZYNOWA ŻW* 120g (JAJ, MLE, SEL, GOR), Posiłek nocny: CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 50g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYŃKOWA DĘBOWA DROBIOWA*/ 20g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2755.78 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11581.81 kJ; Białko ogółem: 108.01 g; Tłuszcz: 80.83 g; Węglowodany ogółem: 416.56 g; suma cukrów prostych: 108.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.84 g; Błonnik pokarmowy: 34.80 g; Sól: 8.91 g;		
poniedziałek 2024-05-20		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
RYŻ NA MLEKU* 350ml (MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 50g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, MIX SAŁAT* 15g ,	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), MAKARON ŚWID 200-G Z SER BIAŁ 100G I JABŁ PRAŻ 100G * 400g (GLU, JAJ, MLE), POMARAŃCZA (100g) 0.5szt, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SZYŃKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (JAJ, MLE, SEL), Posiłek nocny: BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYŃKOWA DĘBOWA DROBIOWA*/ 20g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2574.26 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10827.46 kJ; Białko ogółem: 99.88 g; Tłuszcz: 67.35 g; Węglowodany ogółem: 408.64 g; suma cukrów prostych: 115.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.84 g; Błonnik pokarmowy: 31.80 g; Sól: 8.34 g;		
poniedziałek 2024-05-20		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
RYŻ 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), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 50g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), OGÓREK ŚWIEŻY 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, POWIDŁA JABŁKOWE* 50g, MIX SAŁAT* 15g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE), II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), MAKARON PEŁNOZIARNISTY* 200g (GLU, JAJ, SOJ), KLOPSIK DROBIOWY GOTDIETA* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (MLE), POMARAŃCZA (100g) 0.5szt, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SZYŃKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (JAJ, MLE, SEL), Posiłek nocny: CHLEB RAZOWY* 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYŃKOWA DĘBOWA DROBIOWA*/ 20g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2560.11 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10769.41 kJ; Białko ogółem: 109.67 g; Tłuszcz: 68.66 g; Węglowodany ogółem: 388.60 g; suma cukrów prostych: 92.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.66 g; Błonnik pokarmowy: 42.37 g; Sól: 10.54 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-05-20 Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
RYŻ NA MLEKU* 350ml (MLE), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 50g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, MIX SAŁAT* 15g,	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), MAKARON ŚWID 200-G ZSER BIAŁ 100G I JABŁ PRAŻ 100G * 400g (GLU, JAJ, MLE), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (MLE), POMARAŃCZA (100g) 0.5szt, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (JAJ, MLE, SEL), Posiłek nocny: BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA*/ 20g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2584.66 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10875.26 kJ; Białko ogółem: 98.64 g; Tłuszcz: 66.61 g; Węglowodany ogółem: 413.16 g; suma cukrów prostych: 116.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.65 g; Błonnik pokarmowy: 29.62 g; Sól: 8.35 g;		
poniedziałek 2024-05-20 Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
RYŻ NA MLEKU* 350ml (MLE), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA*/ 50g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, BROKUŁY GOTOWANE B/ŁODYGI 60g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml,	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY* 200g (GLU, JAJ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 100g, MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (GLU, MLE), KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),	BUŁKA PSZENNNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (JAJ, MLE, SEL), Posiłek nocny: BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA*/ 20g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2413.92 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10165.52 kJ; Białko ogółem: 95.92 g; Tłuszcz: 64.24 g; Węglowodany ogółem: 378.70 g; suma cukrów prostych: 74.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.37 g; Błonnik pokarmowy: 30.63 g; Sól: 8.52 g;		
poniedziałek 2024-05-20 Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
RYŻ NA MLEKU* 350ml (MLE), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SCHAB GOT B/SOLI* 50g, DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, BROKUŁY GOTOWANE B/ŁODYGI 60g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 100g, MARCHEW GOTOWANA * 100g (MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (MLE), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 100g (SEL), SAŁATKA JARZYNOWA 3skł.* 120g (MLE, SEL), Posiłek nocny: BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), SER BIAŁY KROJONY* 50g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2514.88 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10583.51 kJ; Białko ogółem: 119.75 g; Tłuszcz: 74.79 g; Węglowodany ogółem: 359.74 g; suma cukrów prostych: 87.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.38 g; Błonnik pokarmowy: 36.00 g; Sól: 5.27 g;		
poniedziałek 2024-05-20 Dieta: BOGATOBIĄŁKOWA		
RYŻ 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), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 50g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), OGÓREK ŚWIEŻY 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, MIX SAŁAT* 15g, II Śniadanie: JABŁKO PIECZONE Z SEREM/ 1szt (MLE),	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY* 200g (GLU, JAJ), KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (MLE), POMARAŃCZA (100g) 0.5szt, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, Podwieczorek: JOGURT 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% t 15g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), SAŁATKA JARZYNOWA 120g (MLE, SEL), Posiłek nocny: CHLEB RAZOWY* 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA*/ 20g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2736.87 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11513.57 kJ; Białko ogółem: 109.70 g; Tłuszcz: 70.86 g; Węglowodany ogółem: 432.09 g; suma cukrów prostych: 120.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.31 g; Błonnik pokarmowy: 34.09 g; Sól: 9.10 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
poniedziałek 2024-05-20		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
RYŻNA MLEKU* 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), POŁĘDWICA DROB ANI 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, MIX SAŁAT* 15g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Sniadanie: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 150ml (GLU, MLE, SEL), NALEŚNIKI Z SEREM * 300g (GLU, JAJ, MLE), BANAN 0.5szt, SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 80g (JAJ, MLE, SEL), Posilek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 30G, M.EX I SZYNKĄ DĘBOWĄ 20G* 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1873.16 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7884.06 kJ; Białko ogółem: 81.57 g; Tłuszcz: 45.86 g; Węglowodany ogółem: 293.78 g; suma cukrów prostych: 87.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.45 g; Błonnik pokarmowy: 19.80 g; Sól: 6.12 g;		
poniedziałek 2024-05-20		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
RYŻNA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 50g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE), POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, MIX SAŁAT* 15g, DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, II Sniadanie: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM B/GLUTENU* 400ml (MLE, SEL), MAKARON B/GLUTENOWY Z SEREM* 400g (JAJ, MLE), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (MLE), POMARAŃCZA (100g) 0.5szt, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (JAJ, MLE, SEL), Posilek nocny: KANAPKA Z PIECZ B/GLUT 50G, M.EX, SAŁ, SZYNKA DĘBOWA 20G 1Por (MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2446.35 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10267.89 kJ; Białko ogółem: 78.94 g; Tłuszcz: 67.59 g; Węglowodany ogółem: 386.83 g; suma cukrów prostych: 127.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.14 g; Błonnik pokarmowy: 27.19 g; Sól: 9.26 g;		
poniedziałek 2024-05-20		
Dieta: PAPKOWATA		
RYŻNA MLEKU MIX* 400ml (MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA MIELONA* 50g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, JABŁKO PIECZONE* 150g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, II Sniadanie: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM MIX* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), MARCHEW OPRÓSZANA* 150g (GLU, MLE), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, Podwieczorek: BANAN 1szt,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), SZYNKOWA WP MIELONA* 70g (MLE, GOR, SO2), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (JAJ, MLE, SEL), Posilek nocny: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g, SOK POMIDOROWY* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2497.98 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10512.52 kJ; Białko ogółem: 102.97 g; Tłuszcz: 65.04 g; Węglowodany ogółem: 396.75 g; suma cukrów prostych: 158.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.33 g; Błonnik pokarmowy: 43.11 g; Sól: 8.46 g;		
poniedziałek 2024-05-20		
Dieta: PŁYNNA		
RYŻNA MLEKU PŁYNNA* 400ml (JAJ, MLE), JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE), II Sniadanie: KISIEL* 150ml,	PŁYNNA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE), Podwieczorek: KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU, MLE),	PŁYNNA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, Posilek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2200.47 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9251.34 kJ; Białko ogółem: 117.02 g; Tłuszcz: 73.77 g; Węglowodany ogółem: 277.94 g; suma cukrów prostych: 85.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.35 g; Błonnik pokarmowy: 27.48 g; Sól: 4.93 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-05-20		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
RYŻ 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), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 50g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), KAKAO NA MLEKU B/CUKRU* 250ml (MLE), POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, MIX SAŁAT* 15g, DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), MAKARON PEŁNOZIARNISTY* 200g (GLU, JAJ, SOJ), KLOPSIK DROBIOWY GOTDIETA* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM* 100g (MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, POMARAŃCZA (100g) 0.5szt, Podwieczorek: JOGURTNATURALNY 150ml (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% 1 15g (MLE), HERBATA B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, JABŁKO 150g, SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (JAJ, MLE, SEL), SZYŃKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), Posiłek nocny: KANAPKA Z CHL RAZ, M. EX, SZYŃKĄ DĘBOWĄ 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2735.20 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11505.70 kJ; Białko ogółem: 111.24 g; Tłuszcz: 69.43 g; Węglowodany ogółem: 430.85 g; suma cukrów prostych: 127.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.73 g; Błonnik pokarmowy: 44.40 g; Sól: 10.69 g;		
wtorek 2024-05-21		
Dieta: PODSTAWOWA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR), SER ŻÓŁTY 20g (MLE), POMIDOR 60g, RUKOLA* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), PIECZEŃ WP GOT* 80g, SOS PIECZENIOWY* 100g (GLU, SEL), SURÓWKA Z KISZONK. KAPUSTY Z OL* 100g, FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z CUK* 250ml,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), OGÓREK ŚW 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2331.37 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9795.60 kJ; Białko ogółem: 103.77 g; Tłuszcz: 84.65 g; Węglowodany ogółem: 299.02 g; suma cukrów prostych: 65.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.12 g; Błonnik pokarmowy: 22.44 g; Sól: 6.22 g;		
wtorek 2024-05-21		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR), TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, RUKOLA* 15g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), PIECZEŃ WP GOT* 80g, SOS PIECZENIOWY* 100g (GLU, SEL), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OL/ 100g, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z CUK* 250ml,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 80g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), BUKIET JARZYN GOT* 80g (SEL), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2286.32 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9605.59 kJ; Białko ogółem: 113.41 g; Tłuszcz: 77.74 g; Węglowodany ogółem: 296.28 g; suma cukrów prostych: 71.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.62 g; Błonnik pokarmowy: 28.26 g; Sól: 6.01 g;		
wtorek 2024-05-21		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYŚW. WĘGL.		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR), SER ŻÓŁTY 20g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, RUKOLA* 15g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: JABŁKO 150g,	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), PIECZEŃ WP GOT* 80g, SOS PIECZENIOWY* 100g (GLU, SEL), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OL/ 100g, FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, Podwieczorek: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), OGÓREK ŚW 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G, M. EX, SAŁ Z SZYŃKĄ Z INDYKA 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2478.34 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10411.26 kJ; Białko ogółem: 110.44 g; Tłuszcz: 85.61 g; Węglowodany ogółem: 330.53 g; suma cukrów prostych: 75.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.05 g; Błonnik pokarmowy: 29.53 g; Sól: 6.97 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-05-21		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
PLATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , RUKOLA* 15g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PIECZEŃ WP GOT* 80g , SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA ZOL/ 100g , SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	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% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), BUKIET JARZYN GOT* 80g (<i>SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2316.88 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9737.96 kJ; Białko ogółem: 113.27 g; Tłuszcz: 79.99 g; Węglowodany ogółem: 297.38 g; suma cukrów prostych: 68.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.30 g; Błonnik pokarmowy: 24.67 g; Sól: 5.96 g;		
wtorek 2024-05-21		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
PLATKI 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 PIASTOWSKA WP* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (<i>MLE</i>), JABŁKO PRAŻONE* 60g , MARCHEW KARBOWANA Z ZIOŁAMI* 60g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PIECZEŃ WP GOT* 80g , SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNNA KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), BUKIET JARZYN GOT* 80g (<i>SEL</i>), HERBATA B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2335.93 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9827.99 kJ; Białko ogółem: 114.73 g; Tłuszcz: 73.03 g; Węglowodany ogółem: 316.98 g; suma cukrów prostych: 78.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.46 g; Błonnik pokarmowy: 25.08 g; Sól: 6.13 g;		
wtorek 2024-05-21		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ZOŁ		
PLATKI 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>), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g (<i>SEL</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), JABŁKO PRAŻONE* 60g , MARCHEW KARBOWANA Z ZIOŁAMI* 60g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: WAFLE RYŻOWE 15g/op. 15g ,	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PIECZEŃ RZYMSKA* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml , Podwieczorek: BUDYN* 150ml (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 70g , BUKIET JARZYN GOT* 80g (<i>SEL</i>), HERBATA ZC* 250ml , Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2595.39 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10917.98 kJ; Białko ogółem: 129.52 g; Tłuszcz: 81.55 g; Węglowodany ogółem: 348.37 g; suma cukrów prostych: 100.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.52 g; Błonnik pokarmowy: 27.73 g; Sól: 5.62 g;		
wtorek 2024-05-21		
Dieta: BOGATOBIĄŁKOWA		
PLATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g , RUKOLA* 15g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PIECZEŃ WP GOT* 80g , SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA ZOL/ 100g , SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml , Podwieczorek: BUDYN* 150ml (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), BUKIET JARZYN GOT* 80g (<i>SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50g , M.EX Z SZYNKA Z INDYKA20g* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2614.64 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10992.76 kJ; Białko ogółem: 123.75 g; Tłuszcz: 89.16 g; Węglowodany ogółem: 341.51 g; suma cukrów prostych: 84.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.51 g; Błonnik pokarmowy: 25.64 g; Sól: 7.16 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-05-21 Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
<p>PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 150ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNĄ KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g , RUKOLA* 15g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , II Śniadanie: JABŁKO 150g ,</p>	<p>ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 200ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 50ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA ZOL/ 100g , SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CIUK* 250ml , Podwieczorek: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),</p>	<p>BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 20g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g , BUKIET JARZYN GOT* 80g (<i>SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA* 5g , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1809.49 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7611.97 kJ; Białko ogółem: 98.36 g; Tłuszcz: 52.18 g; Węglowodany ogółem: 247.21 g; suma cukrów prostych: 79.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.14 g; Błonnik pokarmowy: 23.06 g; Sól: 6.19 g;</p>		
wtorek 2024-05-21 Dieta: BEZGLUTENOWA		
<p>KASZA KUKURDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB B/CIUKRU* 100g (<i>ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , RUKOLA* 15g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , II Śniadanie: JABŁKO 150g ,</p>	<p>ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml (<i>MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PIECZEŃ WP GOT* 80g , SOS JARZYNOWY B/CIUKRU* 100ml (<i>SEL</i>), BURACZKI GOTOWANE* 100g , FASOLKA SZPARAGOWA GOT* 100g , KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CIUK* 250ml , Podwieczorek: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),</p>	<p>BUKIET JARZYN GOT* 80g (<i>SEL</i>), CHLEB B/CIUKRU* 120g (<i>ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 70g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2381.31 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9634.26 kJ; Białko ogółem: 110.11 g; Tłuszcz: 79.93 g; Węglowodany ogółem: 312.89 g; suma cukrów prostych: 96.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.94 g; Błonnik pokarmowy: 28.11 g; Sól: 6.38 g;</p>		
wtorek 2024-05-21 Dieta: PĄKOWATA		
<p>PŁATKI OWSIANE NA MLEKU MIX* 400ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA PIASTOWSKA WP MIELONA* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR B/SKORY* 60g , MARCHEW KARBOWANA Z ZIOŁAMI* 60g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: JABŁKO PIECZONE* 150g ,</p>	<p>ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN MIX* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PIECZEŃ RZYMSKA* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CIUK* 250ml , Podwieczorek: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),</p>	<p>BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), POLĘDWICA DROB ANI MIEL* 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), BUKIET JARZYN GOT* 80g (<i>SEL</i>), ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2393.18 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10063.29 kJ; Białko ogółem: 125.36 g; Tłuszcz: 74.57 g; Węglowodany ogółem: 318.97 g; suma cukrów prostych: 100.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.05 g; Błonnik pokarmowy: 30.79 g; Sól: 6.44 g;</p>		
wtorek 2024-05-21 Dieta: PŁYNNA		
<p>PŁATKI OWSIANE NA MLEKU PŁYNNĄ* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: KISIEL* 150ml , JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),</p>	<p>PŁYNNĄ OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CIUK* 250ml , SOK JABŁKOWY* 200ml , Podwieczorek: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),</p>	<p>PŁYNNĄ KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (<i>GLU, MLE</i>), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2227.58 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9370.80 kJ; Białko ogółem: 103.83 g; Tłuszcz: 73.19 g; Węglowodany ogółem: 297.34 g; suma cukrów prostych: 106.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.97 g; Błonnik pokarmowy: 23.34 g; Sól: 2.65 g;</p>		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-05-21		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
<p>PLATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (MLE), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , RUKOLA* 15g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR),</p> <p>II Śniadanie: JABŁKO 150g ,</p>	<p>ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMNI* 400ml (GLU, MLE, SEL), RYŻ BRAZOWY NA SYPKO * 200g , PIECZEŃ WP GOT* 80g , SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OL/ 100g , SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,</p> <p>Podwieczorek: SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOG* 130g (MLE),</p>	<p>CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), OGÓREK ŚW 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,</p> <p>Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), MIÓD JEDN 25g/op. 1szt ,</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2599.58 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10939.39 kJ; Białko ogółem: 112.72 g; Tłuszcz: 73.62 g; Węglowodany ogółem: 389.07 g; suma cukrów prostych: 82.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.83 g; Błonnik pokarmowy: 36.81 g; Sól: 6.16 g;</p>		
środa 2024-05-22		
Dieta: PODSTAWOWA		
<p>KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g , MIX SAŁAT* 15g , SAŁATA MASŁOWA 10g ,</p>	<p>ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMNIAKAMI* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA GRYZANA NA SYPKO 200g , ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z CZERWONEJ KAP Z OL/ 100g , BROKUŁY GOTOWANE * 100g , WODA ŻRÓDLANA NIEGAZ 500ml ,</p>	<p>CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), TWAROŻEK* 120g (MLE), RZODKIEWKA 30g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml ,</p> <p>Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX. SAŁATA, SZYNKA TOSTOWA 20G 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2636.12 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11013.12 kJ; Białko ogółem: 110.78 g; Tłuszcz: 85.24 g; Węglowodany ogółem: 371.41 g; suma cukrów prostych: 48.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.47 g; Błonnik pokarmowy: 29.72 g; Sól: 5.62 g;</p>		
środa 2024-05-22		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
<p>KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, 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), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt , POMIDOR 60g , MIX SAŁAT* 15g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,</p>	<p>ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMNIAKAMI* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z SELERA, JABŁKA Z JOGURT*/ 100g (MLE, SEL), BROKUŁY GOTOWANE * 100g , WODA ŻRÓDLANA NIEGAZ 500ml ,</p>	<p>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), TWAROŻEK* 120g (MLE), RZODKIEWKA 30g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml ,</p> <p>Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX. SAŁATA, SZYNKA TOSTOWA 20G 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2527.94 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10567.28 kJ; Białko ogółem: 107.98 g; Tłuszcz: 74.18 g; Węglowodany ogółem: 373.10 g; suma cukrów prostych: 46.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.56 g; Błonnik pokarmowy: 31.82 g; Sól: 6.18 g;</p>		
środa 2024-05-22		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
<p>KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), POWIDŁA JABŁKOWE* 70g , PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g , MIX SAŁAT* 15g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,</p> <p>II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),</p>	<p>ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMNIAKAMI* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z CZERWONEJ KAP Z OL/ 100g , BROKUŁY GOTOWANE * 100g , WODA ŻRÓDLANA NIEGAZ 500ml ,</p> <p>Podwieczorek: WAFLE RYŻOWE 15g/op. 15g ,</p>	<p>CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), TWAROŻEK* 120g (MLE), RZODKIEWKA 30g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml ,</p> <p>Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX. SAŁ, SZYNKA TOSTOWA 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, GOR, SEZ),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2604.77 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10880.10 kJ; Białko ogółem: 113.65 g; Tłuszcz: 82.19 g; Węglowodany ogółem: 368.71 g; suma cukrów prostych: 63.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.50 g; Błonnik pokarmowy: 33.35 g; Sól: 5.89 g;</p>		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-05-22 Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
KASZA MANNA NA MLEKU* 150ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), POLĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25g/op. 1szt, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/C UKRU* 250ml, II Śniadanie: JOGURTNATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMNIAKAMI* 200ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 100g (GLU), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z SELERA, JABŁKA Z JOGURT*/ 100g (MLE, SEL), BROKUŁY GOTOWANE * 100g, WODA ŻRÓDLANA NIEGAZ 500ml, Podwieczorek: DROŻDŻOWKA Z NADZIENIEM* 1szt,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), TWAROŻEK* 50g (MLE), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 50g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX, POLĘDWICY SOP. DROB. 20G* 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1870.69 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7866.11 kJ; Białko ogółem: 86.28 g; Tłuszcz: 54.87 g; Węglowodany ogółem: 271.26 g; suma cukrów prostych: 48.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.16 g; Błonnik pokarmowy: 25.66 g; Sól: 5.99 g;		
środa 2024-05-22 Dieta: BEZGLUTENOWA		
RYŻNA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), POLĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/C UKRU* 250ml, II Śniadanie: JOGURTNATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA SOLFERINO Z FASOL SZP B/GLUTENU* 400ml (MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), BITKA DROB GOTOWANA B/GLUTENU* 80g, SOS JARZYNOWY B/ GLUTENOWY* 100ml (SEL), SURÓWKA Z SELERA, JABŁKA Z JOGURT*/ 100g (MLE, SEL), WODA ŻRÓDLANA NIEGAZ 500ml, BROKUŁY GOTOWANE * 100g, Podwieczorek: MANDARYNKA* 150g,	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), TWAROŻEK* 120g (MLE), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA Z/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z PIECZB/GLUT 50G, M.EX, SAŁ, SZYNKA TOSTOWĄ 20G* 1Por (MLE, ORZ, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2370.33 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9878.72 kJ; Białko ogółem: 91.01 g; Tłuszcz: 72.21 g; Węglowodany ogółem: 348.22 g; suma cukrów prostych: 84.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.46 g; Błonnik pokarmowy: 31.09 g; Sól: 6.18 g;		
środa 2024-05-22 Dieta: PAKOWATA		
KASZA MANNA NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), POLĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/C UKRU* 250ml, II Śniadanie: JOGURTNATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (GLU, MLE, SEL), DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), JABŁKO PIECZONE* 150g, WODA ŻRÓDLANA NIEGAZ 500ml, Podwieczorek: CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (GLU, JAJ, MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), TWAROŻEK* 120g (MLE), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2395.62 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10076.17 kJ; Białko ogółem: 115.26 g; Tłuszcz: 71.55 g; Węglowodany ogółem: 338.64 g; suma cukrów prostych: 85.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.38 g; Błonnik pokarmowy: 32.19 g; Sól: 6.08 g;		
środa 2024-05-22 Dieta: PŁYNNA		
KASZA MANNA NA MLEKU PLYNNA* 400ml (GLU, JAJ, MLE), KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/C UKRU* 250ml, II Śniadanie: KISIEL* 150ml,	PŁYNNA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), WODA ŻRÓDLANA NIEGAZ 500ml, SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE), Podwieczorek: GALARETKA OWOCOWA PLYNNA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	PŁYNNA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), RYŻ Z JABŁKIEM* 200g (MLE), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2047.78 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8609.93 kJ; Białko ogółem: 108.82 g; Tłuszcz: 69.03 g; Węglowodany ogółem: 255.93 g; suma cukrów prostych: 59.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.57 g; Błonnik pokarmowy: 23.03 g; Sól: 3.47 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-05-22		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
PLATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: KISIEL Z TARTYM JABŁKIEM Z CUKR* 150ml,	ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMNIAKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z CZERWONEJ KAP Z OL/ 100g, BROKUŁY GOTOWANE * 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ500ml, Podwieczorek: MANDARYNKA* 150g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 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>), TWAROŻEK* 120g (<i>MLE</i>), RZODKIEWKA 30g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G, M.EX, SAŁ, SZYNKĄ TOSTOWA 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2771.00 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11590.30 kJ; Białko ogółem: 109.93 g; Tłuszcz: 80.86 g; Węglowodany ogółem: 419.11 g; suma cukrów prostych: 70.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.01 g; Błonnik pokarmowy: 36.07 g; Sól: 5.99 g;		
czwartek 2024-05-23		
Dieta: PODSTAWOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>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>), SCHAB BENEDIKTA* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt(<i>JAJ</i>), OGÓREK KISZONY* 60g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml (<i>MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), ESKALOPKA* 110g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), SURÓWKA Z KAP PEK,POMID,KUK Z WINEGRET* 100g (<i>GOR</i>), MARCHEW ZASMAŻANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z 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% t 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 70g, RZODKIEW BIAŁA 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, 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]: 2327.55 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9406.98 kJ; Białko ogółem: 91.08 g; Tłuszcz: 102.35 g; Węglowodany ogółem: 291.12 g; suma cukrów prostych: 60.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.13 g; Błonnik pokarmowy: 27.27 g; Sól: 6.23 g;		
czwartek 2024-05-23		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 50g (<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>), SCHAB BENEDIKTA* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt(<i>JAJ</i>), JABŁKO 150g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml (<i>MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z KAP PEK,POMID,KUK Z WINEGRET* 100g (<i>GOR</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 80g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 70g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, 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]: 2221.45 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8970.14 kJ; Białko ogółem: 94.47 g; Tłuszcz: 85.31 g; Węglowodany ogółem: 301.34 g; suma cukrów prostych: 73.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.83 g; Błonnik pokarmowy: 31.38 g; Sól: 5.26 g;		
czwartek 2024-05-23		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt(<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SCHAB BENEDIKTA* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), OGÓREK KISZONY* 60g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml (<i>MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), SURÓWKA Z KAP PEK,POMID,KUK Z WINEGRET* 100g (<i>GOR</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, Podwieczorek: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 30G,M.R, SAŁ,Z SZYNKA Z INDYKA 20G 1Pα (<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>), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 70g, RZODKIEW BIAŁA 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G,M,EX,SAŁ, POL SOP DR 20G* 1Pα (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2317.30 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9376.31 kJ; Białko ogółem: 97.30 g; Tłuszcz: 89.10 g; Węglowodany ogółem: 315.32 g; suma cukrów prostych: 52.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.78 g; Błonnik pokarmowy: 33.22 g; Sól: 7.99 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-05-23		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>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>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), SCHAB BENEDYKTA* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), POMIDOR 60g , JABŁKO 150g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml (<i>MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z KAP PEK.POMID.KUK Z WINEGRET* 100g (<i>GOR</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z 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>), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 70g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , Posiłek nocny: PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>), JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2248.75 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9089.54 kJ; Białko ogółem: 93.40 g; Tłuszcz: 87.30 g; Węglowodany ogółem: 302.79 g; suma cukrów prostych: 74.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.42 g; Błonnik pokarmowy: 27.06 g; Sól: 5.09 g;		
czwartek 2024-05-23		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), PASTA Z BIAŁKA JAJKA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), SCHAB BENEDYKTA* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , JABŁKO PRAŻONE* 60g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml (<i>MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 70g , JABŁKO PIECZONE* 150g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>), JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2304.83 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9331.22 kJ; Białko ogółem: 96.54 g; Tłuszcz: 85.71 g; Węglowodany ogółem: 316.63 g; suma cukrów prostych: 80.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.68 g; Błonnik pokarmowy: 25.00 g; Sól: 5.31 g;		
czwartek 2024-05-23		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SCHAB GOT B/SOLI* 50g , PASTA Z BIAŁKA JAJKA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , JABŁKO PRAŻONE* 60g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml (<i>MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZ* 20g ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 60g , JABŁKO PIECZONE* 150g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>), JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2602.21 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10585.86 kJ; Białko ogółem: 127.07 g; Tłuszcz: 85.91 g; Węglowodany ogółem: 342.88 g; suma cukrów prostych: 95.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.44 g; Błonnik pokarmowy: 26.28 g; Sól: 4.44 g;		
czwartek 2024-05-23		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>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>), SCHAB BENEDYKTA* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), JABŁKO 150g , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml (<i>MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z KAP PEK.POMID.KUK Z WINEGRET* 100g (<i>GOR</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , Podwieczorek: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWY M.EX.SAŁ. Z SZYNKA Z INDYKA 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% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 70g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>), JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2515.23 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10212.10 kJ; Białko ogółem: 103.60 g; Tłuszcz: 93.54 g; Węglowodany ogółem: 346.58 g; suma cukrów prostych: 85.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.80 g; Błonnik pokarmowy: 30.07 g; Sól: 6.37 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-05-23		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 150ml (<i>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>), SCHAB BENEDYKTA* 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), POMIDOR* 50g , JABŁKO PRAŻONE* 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: KISIEL* 150ml ,	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 200ml (<i>MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (<i>MLE</i>), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK Z WINEGRET* 100g (<i>GOR</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , Podwieczorek: BANAN 1szt,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 50g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 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]: 1792.15 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7389.20 kJ; Białko ogółem: 76.27 g; Tłuszcz: 57.94 g; Węglowodany ogółem: 263.87 g; suma cukrów prostych: 100.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.73 g; Błonnik pokarmowy: 23.53 g; Sól: 3.64 g;		
czwartek 2024-05-23		
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>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), JABŁKO 150g , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: BUDYN* 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml (<i>MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS JARZYNOWY B/ GLUTENOWY* 100ml (<i>SEL</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK Z WINEGRET* 100g (<i>GOR</i>), MARCHEW GOTOWANA B/GLUTENOWA KOSTKA 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , Podwieczorek: SOK POMIDOROWY* 1szt,	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (<i>ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 70g , RZODKIEW BIAŁA 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2288.20 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9235.55 kJ; Białko ogółem: 78.34 g; Tłuszcz: 80.91 g; Węglowodany ogółem: 321.25 g; suma cukrów prostych: 98.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.48 g; Błonnik pokarmowy: 32.47 g; Sól: 7.21 g;		
czwartek 2024-05-23		
Dieta: PAPKOWATA		
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>), PASTA JAJECZNA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), SCHAB BENEDYKTA MIEL* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), POMIDOR B/SKÓRY 60g , JABŁKO PRAŻONE* 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml ,	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN MIX* 400ml (<i>SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , Podwieczorek: BANAN 1szt,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA MIELONA* 70g , ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>), JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2264.08 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9171.63 kJ; Białko ogółem: 101.13 g; Tłuszcz: 76.08 g; Węglowodany ogółem: 325.27 g; suma cukrów prostych: 114.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.68 g; Błonnik pokarmowy: 28.54 g; Sól: 4.41 g;		
czwartek 2024-05-23		
Dieta: PŁYNNA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU PŁYNNA* 400ml (<i>JAJ, MLE</i>), SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: KISIEL* 150ml ,	PŁYNNA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), Podwieczorek: GALARETKA OWOCOWA PŁYNNA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>),	PŁYNNA KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2168.38 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8760.65 kJ; Białko ogółem: 112.54 g; Tłuszcz: 72.30 g; Węglowodany ogółem: 275.65 g; suma cukrów prostych: 86.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.10 g; Błonnik pokarmowy: 24.92 g; Sól: 3.37 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-05-23		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
KASZA KUKURYZJANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), SCHAB BENEDYKTA* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), JABŁKO 150g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMNIAKI* 400ml (<i>MLE, SEL</i>), MAKARON PEŁNOZIARNISTY* 200g (<i>GLU, JAJ, SOJ</i>), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z KAP PEK.POMID.,KUK Z WINEGRE* 100g (<i>GOR</i>), MARCHEW GOTOWANA * 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , Podwieczorek: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M .EX.ZOGÓR,PAPR 30G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 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>), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 70g, RZODKIEW BIAŁA 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>), JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2687.07 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10946.07 kJ; Białko ogółem: 110.97 g; Tłuszcz: 89.62 g; Węglowodany ogółem: 388.48 g; suma cukrów prostych: 87.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.52 g; Błonnik pokarmowy: 39.86 g; Sól: 6.35 g;		
piątek 2024-05-24		
Dieta: PODSTAWOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PIERŚ GOTOWANA PREMIUM* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g,	ZUPA GROCHOWA Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), RYBA FILET SMAŻONY (MIRUNA)* 110g (<i>GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SOS GRECKI PODSTAWA* 100g (<i>GLU, SEL, GOR</i>), SURÓWKA WARSZAWAŃKA Z OL* 100g, KOMPOT Z MIESZANKI OW Z JABŁKIEM ZC* 250ml,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZAKA* 70g (<i>MLE, GOR</i>), BURACZKI Z CHRZANEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M EX, SAŁATY Z SEREM ŻOŁ20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2557.34 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10522.96 kJ; Białko ogółem: 112.17 g; Tłuszcz: 89.98 g; Węglowodany ogółem: 343.51 g; suma cukrów prostych: 56.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.79 g; Błonnik pokarmowy: 35.91 g; Sól: 7.62 g;		
piątek 2024-05-24		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PIERŚ GOTOWANA PREMIUM* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), SAŁATA LODOWA* 20g, POMIDOR 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g,	ZUPA KOPERKOWA Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SOS CYTRYNOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SOS GRECKI DIETA* 100g (<i>GLU, SEL</i>), MANDARYNKA 100g, KOMPOT Z MIESZANKI OW Z JABŁKIEM ZC* 250ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 80g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZAKA* 70g (<i>MLE, GOR</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M. EX, SAŁATY, POL DROB ANI 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2142.62 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8796.90 kJ; Białko ogółem: 100.61 g; Tłuszcz: 64.11 g; Węglowodany ogółem: 307.54 g; suma cukrów prostych: 59.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.33 g; Błonnik pokarmowy: 31.18 g; Sól: 6.85 g;		
piątek 2024-05-24		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PIERŚ GOTOWANA PREMIUM* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), PIERŚ GOTOWANA PREMIUM* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), POMIDOR 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA KOPERKOWA Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SOS CYTRYNOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SOS GRECKI DIETA* 100g (<i>GLU, SEL</i>), MANDARYNKA 100g, KOMPOT Z MIESZANKI OW Z JABŁKIEM ZC* 250ml , Podwieczorek: WAFLE RYŻOWE 15g/op. 15g ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZAKA* 70g (<i>MLE, GOR</i>), BURACZKI Z CHRZANEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX, SAŁ, POL DROB ANI 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2231.63 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9180.94 kJ; Białko ogółem: 102.83 g; Tłuszcz: 63.06 g; Węglowodany ogółem: 329.49 g; suma cukrów prostych: 64.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.26 g; Błonnik pokarmowy: 30.24 g; Sól: 8.16 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-05-24		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
<p>PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PIERŚ GOTOWANA PREMIUM* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g,</p> <p>II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),</p>	<p>ZUPA KOPERKOWA ZMAKARONEM PEŁNOZIARNISTYM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), RYŻ BRAZOWY NA SYPKO * 200g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SOS CYTRYNOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SOS GRECKI DIETA* 100g (<i>GLU, SEL</i>), MANDARYNKA 100g, KOMPOT ZMIESZANKI OW Z JABŁKIEM Z/C* 250ml,</p> <p>Podwieczorek: JABŁKO PIECZONE* 150g,</p>	<p>CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 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% 1 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA ZKURCZAŃ* 70g (<i>MLE, GOR</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml,</p> <p>Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M,EX, SAŁ, POL DROB ANI 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2444.54 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10082.10 kJ; Białko ogółem: 110.58 g; Tłuszcz: 61.22 g; Węglowodany ogółem: 381.40 g; suma cukrów prostych: 80.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.16 g; Błonnik pokarmowy: 40.20 g; Sól: 7.62 g;</p>		
sobota 2024-05-25		
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 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>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), OGÓREK ŚWIEŻY 60g, JABŁKO 150g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml,</p>	<p>ZUPA SELEROWA ZMAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), GULASZ DROBIOWY Z NATKĄ PIETR* 180g (<i>GLU</i>), BUKIET WARZYW GOT KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA ZJOG* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml,</p>	<p>CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml,</p> <p>Posiłek nocny: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2326.24 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9786.59 kJ; Białko ogółem: 96.00 g; Tłuszcz: 66.60 g; Węglowodany ogółem: 350.20 g; suma cukrów prostych: 81.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.16 g; Błonnik pokarmowy: 31.92 g; Sól: 7.39 g;</p>		
sobota 2024-05-25		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
<p>KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<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>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, JABŁKO 150g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml,</p>	<p>ZUPA SELEROWA ZMAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), GULASZ DROBIOWY Z NATKĄ PIETR* 180g (<i>GLU</i>), BUKIET WARZYW GOT KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA ZJOG* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml,</p>	<p>CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 80g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml,</p> <p>Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2283.26 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9600.95 kJ; Białko ogółem: 97.07 g; Tłuszcz: 66.81 g; Węglowodany ogółem: 339.22 g; suma cukrów prostych: 77.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.19 g; Błonnik pokarmowy: 34.76 g; Sól: 7.38 g;</p>		
sobota 2024-05-25		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYŚW. WĘGL.		
<p>KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), JABŁKO 150g, OGÓREK ŚWIEŻY 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml,</p> <p>II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),</p>	<p>ZUPA SELEROWA ZMAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), GULASZ DROBIOWY Z NATKĄ PIETR* 180g (<i>GLU</i>), BUKIET WARZYW GOT KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA ZJOG* 100g (<i>MLE</i>),</p> <p>Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,</p>	<p>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>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml,</p> <p>Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M,EX, SAŁ, POŁĘDWICY SOP20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2464.20 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10363.65 kJ; Białko ogółem: 105.28 g; Tłuszcz: 72.44 g; Węglowodany ogółem: 363.79 g; suma cukrów prostych: 67.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.59 g; Błonnik pokarmowy: 34.49 g; Sól: 8.51 g;</p>		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-05-25		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
KASZA MANNA NA MLEKU* 200ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, JABŁKO 150g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), II Śniadanie: JOGURTNATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA SELEROWA ZMAKARONEM* 200ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 150g (GLU), GULASZ DROBIOWY Z NATKĄ PIETR* 180g (GLU), BUKIET WARZYW GOT KRÓLEWSKI* 100g (MLE), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/CIUKRU* 250ml, SURÓWKA ZMARCHWI I JABŁKA ZJOG* 100g (MLE), Podwieczorek: KISIEL B/C* 150ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 50g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), Posiłek nocny: SOK JABŁKOWY* 200ml, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1761.42 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7407.58 kJ; Białko ogółem: 79.90 g; Tłuszcz: 54.48 g; Węglowodany ogółem: 248.66 g; suma cukrów prostych: 72.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.83 g; Błonnik pokarmowy: 24.21 g; Sól: 5.56 g;		
sobota 2024-05-25		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), PIECZYWO B/GLUTENOWE* 100g (ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, POMIDOR 60g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), II Śniadanie: JOGURTNATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA SELEROWA ZMAKARONEM B/ GLUT* 400ml (JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), GULASZ DROBIOWY B/GLUTENU* 180g, BUKIET WARZYW GOT KRÓLEWSKI* 100g (MLE), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, SURÓWKA ZMARCHWI I JABŁKA Z JOG* 100g (MLE), Podwieczorek: KISIEL B/C* 150ml,	PIECZYWO B/GLUTENOWE* 120g (ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ ZC * 250ml, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2236.13 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9014.89 kJ; Białko ogółem: 83.12 g; Tłuszcz: 81.22 g; Węglowodany ogółem: 300.96 g; suma cukrów prostych: 80.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.48 g; Błonnik pokarmowy: 31.30 g; Sól: 8.78 g;		
sobota 2024-05-25		
Dieta: PAPKOWATA		
KASZA MANNA NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP MIELONA* 50g (MLE, GOR, SO2), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), PASTA JAJECZNA* 60g (JAJ, MLE), POMIDOR B/SKÓRY 60g, II Śniadanie: JOGURTNATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA SELEROWA ZMAKARONEM MIX* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (GLU), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), JABŁKO PIECZONE* 150g, KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA MIELONA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ ZC * 250ml, ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, Posiłek nocny: PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE), SOK POMIDOROWY* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2198.54 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9246.87 kJ; Białko ogółem: 109.44 g; Tłuszcz: 65.68 g; Węglowodany ogółem: 307.18 g; suma cukrów prostych: 92.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.25 g; Błonnik pokarmowy: 32.74 g; Sól: 8.86 g;		
sobota 2024-05-25		
Dieta: PŁYNNA		
KASZA MANNA NA MLEKU PIYNNNA* 400ml (GLU, JAJ, MLE), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, GALARETKA OWOCOWA PLYNNNA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ), II Śniadanie: JOGURTNATURALNY 150ml (MLE),	PŁYNNNA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, Podwieczorek: KISIEL* 150ml,	PŁYNNNA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), BUDYŃ* 150ml (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ ZC * 250ml, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1924.70 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8093.63 kJ; Białko ogółem: 92.62 g; Tłuszcz: 63.29 g; Węglowodany ogółem: 254.80 g; suma cukrów prostych: 78.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.36 g; Błonnik pokarmowy: 24.10 g; Sól: 3.45 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-05-25 Dieta: BOGATORESZTKOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), KIELBASA SZYNKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, JABŁKO 150g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), II Śniadanie: GREJFRUT* 200g,	ZUPA SELEROWA ZMAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), GULASZ DROBIOWY Z NATKĄ PIETR* 180g (<i>GLU</i>), BUKIET WARZYW GOT KRÓLEWSKI* 150g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml, SURÓWKA ZMARCHWI I JABŁKA ZJOG* 100g (<i>MLE</i>), Podwieczorek: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G ,M.EX,SAŁ. ZSZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 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>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ ZIC * 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SURÓWKA ZKAP PEK ZPAPRYKĄ 100g, Posiłek nocny: SOK JABŁKOWY* 200ml, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2671.80 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11238.42 kJ; Białko ogółem: 102.41 g; Tłuszcz: 73.29 g; Węglowodany ogółem: 420.31 g; suma cukrów prostych: 103.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.25 g; Błonnik pokarmowy: 43.19 g; Sól: 9.77 g;		
niedziela 2024-05-26 Dieta: PODSTAWOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, SER ŻÓŁTY 20g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ ZIC * 250ml, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, SAŁATA LODOWA* 20g,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDKO PIECZONE * 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), MARCHEW Z GROSZKIEM* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, SURÓWKA Z KAP PEK ,POMID,KUK Z JOG* 100g (<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% t 15g (<i>MLE</i>), BROKUŁY GOTOWANE 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POLĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2300.85 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9666.47 kJ; Białko ogółem: 124.02 g; Tłuszcz: 81.01 g; Węglowodany ogółem: 283.29 g; suma cukrów prostych: 50.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.53 g; Błonnik pokarmowy: 28.62 g; Sól: 8.35 g;		
niedziela 2024-05-26 Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ ZIC * 250ml, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, SAŁATA LODOWA* 20g,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDKO GOTOWANE* 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, SURÓWKA ZKAP PEK ,POMID,KUK Z JOG* 100g (<i>MLE</i>), MARCHEW GOTOWANA * 100g (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 80g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), BROKUŁY GOTOWANE 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POLĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2293.48 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9633.77 kJ; Białko ogółem: 130.77 g; Tłuszcz: 79.80 g; Węglowodany ogółem: 278.37 g; suma cukrów prostych: 52.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.17 g; Błonnik pokarmowy: 30.76 g; Sól: 7.92 g;		
niedziela 2024-05-26 Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, SAŁATA LODOWA* 20g, II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDKO GOTOWANE* 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), MARCHEW Z GROSZKIEM* 100g (<i>GLU, MLE</i>), SURÓWKA Z KAP PEK ,POMID,KUK Z JOG* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, Podwieczorek: JABŁKO 150g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), POLĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BROKUŁY GOTOWANE 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G ,M.EX,SAŁ. Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2500.92 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10505.84 kJ; Białko ogółem: 132.89 g; Tłuszcz: 83.15 g; Węglowodany ogółem: 323.49 g; suma cukrów prostych: 63.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.97 g; Błonnik pokarmowy: 36.38 g; Sól: 10.01 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-05-26		
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 KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ Z/C * 250ml , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), SAŁATA LODOWA* 20g ,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDKO GOTOWANE* 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , SURÓWKA Z KAP PEK , POMID, KUK Z JOG* 100g (<i>MLE</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>), BROKUŁY GOTOWANE 80g , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2376.84 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9991.04 kJ; Białko ogółem: 131.63 g; Tłuszcz: 82.78 g; Węglowodany ogółem: 289.63 g; suma cukrów prostych: 54.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.49 g; Błonnik pokarmowy: 26.30 g; Sól: 7.81 g;		
niedziela 2024-05-26		
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>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g , JABŁKO PIECZONE* 150g , TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), HERBATA Z/C* 250ml , BUKIET JARZYN GOT* 60g (<i>SEL</i>),	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDKO GOTOWANE* 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% † 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2467.42 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10372.21 kJ; Białko ogółem: 132.90 g; Tłuszcz: 80.62 g; Węglowodany ogółem: 317.24 g; suma cukrów prostych: 75.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.96 g; Błonnik pokarmowy: 29.57 g; Sól: 8.17 g;		
niedziela 2024-05-26		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻÓŁ		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), HERBATA Z/C* 250ml , TWAROŻEK* 110g (<i>MLE</i>), MIÓD 50g , JABŁKO PIECZONE* 150g , BUKIET JARZYN GOT* 60g (<i>SEL</i>), II Śniadanie: KISIEL* 150ml ,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</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>), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 80g (<i>SEL</i>), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g , Posiłek nocny: CHRUPEKI KUKURYDZIANE * 15g, BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2571.46 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10830.01 kJ; Białko ogółem: 111.52 g; Tłuszcz: 69.48 g; Węglowodany ogółem: 392.42 g; suma cukrów prostych: 99.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.13 g; Błonnik pokarmowy: 34.43 g; Sól: 5.06 g;		
niedziela 2024-05-26		
Dieta: BOGATOBIĄŁKOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g , TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , SAŁATA LODOWA* 20g , II Śniadanie: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDKO GOTOWANE* 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , SURÓWKA Z KAP PEK , POMID, KUK Z JOG* 100g (<i>MLE</i>), Podwieczorek: JABŁKO 150g ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% † 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BROKUŁY GOTOWANE 80g , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2538.97 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10672.83 kJ; Białko ogółem: 136.57 g; Tłuszcz: 84.08 g; Węglowodany ogółem: 324.27 g; suma cukrów prostych: 79.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.69 g; Błonnik pokarmowy: 30.53 g; Sól: 8.05 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-05-26		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
<p>PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 200ml (<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>), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g , POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g , TWAROŻEK* 50g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , SAŁATA LODOWA* 20g ,</p> <p>II Śniadanie: KISIEL Z TARTYM JABŁKIEM Z CUKR* 150ml ,</p>	<p>ROSÓŁ Z MAKARONEM* 200ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDKO GOTOWANE* 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 70g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , SURÓWKA Z KAP PEK , POMID, KUK Z JOG* 100g (<i>MLE</i>),</p> <p>Podwieczorek: JABŁKO 150g ,</p>	<p>BUŁKA PSZENNA 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>), BROKUŁY GOTOWANE 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,</p> <p>Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1858.94 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7805.96 kJ; Białko ogółem: 110.55 g; Tłuszcz: 66.14 g; Węglowodany ogółem: 217.10 g; suma cukrów prostych: 62.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.51 g; Błonnik pokarmowy: 23.80 g; Sól: 6.20 g;</p>		
niedziela 2024-05-26		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
<p>RYŻNA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), PIECZYWO B/GLUTENOWE* 100g (<i>ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , SAŁATA LODOWA* 20g ,</p> <p>II Śniadanie: KISIEL* 150ml ,</p>	<p>ROSÓŁ Z MAKARONEM BEZGLUTEN* 400ml (<i>JAJ, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDKO GOTOWANE* 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), MARCHEW GOTOWANA * 150g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , SURÓWKA Z KAP PEK , POMID, KUK Z JOG* 100g (<i>MLE</i>),</p> <p>Podwieczorek: JABŁKO 150g ,</p>	<p>PIECZYWO B/GLUTENOWE* 120g (<i>ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BROKUŁY GOTOWANE 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,</p> <p>Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2370.60 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9938.39 kJ; Białko ogółem: 114.05 g; Tłuszcz: 85.79 g; Węglowodany ogółem: 293.96 g; suma cukrów prostych: 83.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.45 g; Błonnik pokarmowy: 28.24 g; Sól: 7.18 g;</p>		
niedziela 2024-05-26		
Dieta: PAKOWATA		
<p>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>), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA MIELONA* 50g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , JABŁKO PIECZONE* 150g, BUKIET JARZYN GOT* 60g (<i>SEL</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>),</p> <p>II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt ,</p>	<p>ROSÓŁ Z MAKARONEM MIX* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>),</p> <p>Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),</p>	<p>BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , ZJPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g ,</p> <p>Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2322.20 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9771.53 kJ; Białko ogółem: 124.68 g; Tłuszcz: 64.70 g; Węglowodany ogółem: 328.28 g; suma cukrów prostych: 102.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.56 g; Błonnik pokarmowy: 36.31 g; Sól: 8.79 g;</p>		
niedziela 2024-05-26		
Dieta: PŁYNNA		
<p>PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU PŁYNNA* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), JOGURT NATURALNY 1ml (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml ,</p> <p>II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA PŁYNNA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>),</p>	<p>PŁYNNA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , KISIEL* 150ml ,</p> <p>Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),</p>	<p>PŁYNNA KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), RYŻ Z JABŁKIEM* 200g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,</p> <p>Posiłek nocny: PŁYNNA PN* 250ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2211.58 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9293.04 kJ; Białko ogółem: 101.81 g; Tłuszcz: 73.83 g; Węglowodany ogółem: 296.83 g; suma cukrów prostych: 60.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.57 g; Błonnik pokarmowy: 32.45 g; Sól: 2.91 g;</p>		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-05-26		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, TWAROŻEK* 70g (MLE), SAŁATA LODOWA* 20g, II Śniadanie: BROKUŁY GOTOWANE * 150g,	ROSÓŁ Z MAKARONEM PEŁNOZIARNISTYM* 400ml (GLU, JAJ, SOJ, SEL), RYŻBRĄZOWY NA SYPKO* 150g, UDKO GOTOWANE* 160g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (GLU, MLE), KOMPOTZ CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK Z JOG* 100g (MLE), Podwieczorek: JABŁKO 150g,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 10g (MLE), SURÓWKA WARZYWNA Z OGÓRKIEM KISZ Z OLEJEM* 130g (SEL), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA* 5g, POLĘDWICA SOPOCKA WP 70g (MLE, GOR, SOJ), Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), SOK POMIDOROWY* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2426.55 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10197.41 kJ; Białko ogółem: 132.04 g; Tłuszcz: 76.52 g; Węglowodany ogółem: 322.37 g; suma cukrów prostych: 77.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.69 g; Błonnik pokarmowy: 47.44 g; Sól: 9.00 g;		

Dietetyk

.....