

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-04		
Dieta: PODSTAWOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt. , BROKUŁY GOTOWANE 60g , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAKAO NA MLEKU Z/C* 250ml (<i>MLE</i>),	ZUPA ROSOLNIK* 400ml (<i>MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE ZKOPERKIEM* 150g , KOTLET Z JAJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI ZASMAŻANE* 100g (<i>GLU</i>), SURÓWKA ZPORA, JABŁKA, MARCHWI Z NATKĄ PIETRUSZKI 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATKA JARZYNOWA ZW* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , SER ŻÓŁTY 20g (<i>MLE</i>), Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWEGO, M.EX. , SAŁATA SZYMKOWA 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2522.81 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10223.71 kJ; Białko ogółem: 98.79 g; Tłuszcz: 97.77 g; Węglowodany ogółem: 327.24 g; suma cukrów prostych: 102.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.06 g; Błonnik pokarmowy: 31.97 g; Sól: 8.93 g;		
poniedziałek 2024-03-04		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt. , POMIDOR 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAKAO NA MLEKU Z/C* 250ml (<i>MLE</i>),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE ZKOPERKIEM* 150g , GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g , BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , Posiłek nocny: KANAPKA Z BULKI 150G, M.EX. , SAŁATA, SZYMKOWA DEBOWA 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2370.50 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9615.84 kJ; Białko ogółem: 98.55 g; Tłuszcz: 70.64 g; Węglowodany ogółem: 350.67 g; suma cukrów prostych: 100.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.48 g; Błonnik pokarmowy: 31.15 g; Sól: 7.33 g;		
poniedziałek 2024-03-04		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), POMIDOR 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAKAO NA MLEKU B/CUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), II Śniadanie: JABŁKO 150g ,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE ZKOPERKIEM* 100g (<i>MLE</i>), GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g , BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWEGO, M.EX. , SAŁATA SZYMKOWA 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2460.65 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9988.31 kJ; Białko ogółem: 111.32 g; Tłuszcz: 77.99 g; Węglowodany ogółem: 344.02 g; suma cukrów prostych: 83.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.73 g; Błonnik pokarmowy: 34.24 g; Sól: 8.17 g;		
poniedziałek 2024-03-04		
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 PSZENNNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt. , POMIDOR 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAKAO NA MLEKU B/CUKRU* 250ml (<i>MLE</i>),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE ZKOPERKIEM* 150g , GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g , KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g (<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>), SZYMKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWEGO, M.EX. , SAŁATA SZYMKOWA 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2333.40 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9460.44 kJ; Białko ogółem: 96.55 g; Tłuszcz: 69.47 g; Węglowodany ogółem: 344.84 g; suma cukrów prostych: 90.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.38 g; Błonnik pokarmowy: 29.56 g; Sól: 7.37 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-04		
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>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 60g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, HERBATA ZC* 250ml,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BULKI 50G, M.EX, SAŁATA, SZYNKA DĘBOWA 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2275.57 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9227.90 kJ; Białko ogółem: 91.54 g; Tłuszcz: 60.80 g; Węglowodany ogółem: 354.40 g; suma cukrów prostych: 85.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.79 g; Błonnik pokarmowy: 27.68 g; Sól: 7.30 g;		
poniedziałek 2024-03-04		
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 GOTB/SOLI* 50g, DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 60g, HERBATA ZC* 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml, Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (<i>MLE</i>), SAŁATKA JARZYNOWA 3skł.* 80g (<i>MLE, SEL</i>), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 80g (<i>SEL, GOR</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX, SERA BIAŁEGO 50G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2471.56 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10041.09 kJ; Białko ogółem: 113.11 g; Tłuszcz: 73.25 g; Węglowodany ogółem: 356.32 g; suma cukrów prostych: 109.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.35 g; Błonnik pokarmowy: 32.09 g; Sól: 4.62 g;		
poniedziałek 2024-03-04		
Dieta: BOGATOBIALKOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), POMIDOR 60g, BROKUŁY GOTOWANE 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAKAO NA MLEKU B/CUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), II Śniadanie: JABŁKO PIECZONE Z SEREM* 150g (<i>MLE</i>),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL* 100g, KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml, Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA 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>), SZYMKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 60g, SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BULKI 50G, M.EX, SAŁATA, SZYNKA DĘBOWA 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2720.40 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11086.64 kJ; Białko ogółem: 137.46 g; Tłuszcz: 86.10 g; Węglowodany ogółem: 364.14 g; suma cukrów prostych: 92.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.75 g; Błonnik pokarmowy: 32.33 g; Sól: 8.19 g;		
poniedziałek 2024-03-04		
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 KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., POMIDOR 60g, BROKUŁY GOTOWANE 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAKAO NA MLEKU B/CUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 200ml (<i>MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (<i>MLE</i>), GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 80g (<i>GLU</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL* 100g, KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, Podwieczorek: BANAN 0.5szt,	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% 5g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 80g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWEGO 50G, M.EX, SAŁATA, SZYNKA DĘBOWA 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1812.20 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7416.48 kJ; Białko ogółem: 82.73 g; Tłuszcz: 49.49 g; Węglowodany ogółem: 271.05 g; suma cukrów prostych: 92.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.34 g; Błonnik pokarmowy: 24.11 g; Sól: 5.67 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-04 Dieta: BEZGLUTENOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), PIECZYWO B/GLUTENOWE* 100g (<i>ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , POMIDOR 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA Z/C* 250ml , II Śniadanie: JABŁKO 150g ,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g , BURACZKI GOTOWANE* 100g , KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml , SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	PIECZYWO B/GLUTENOWE* 120g (<i>ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z PIECZ B/GLUT 50G.M.EX.,SAŁ.,SZYMK DĘBOWA20G 1Por (<i>SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2324.70 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9391.61 kJ; Białko ogółem: 80.32 g; Tłuszcz: 72.52 g; Węglowodany ogółem: 346.11 g; suma cukrów prostych: 112.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.42 g; Błonnik pokarmowy: 31.32 g; Sól: 7.21 g;		
poniedziałek 2024-03-04 Dieta: PAPPKOWATA		
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>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , POMIDOR B/SKÓRY 60g , MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAKAO NA MLEKU B/CUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMN MIX* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM 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>), SZYMKOWA WP MIELONA* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM B/ CUK* 200ml (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2513.76 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10223.24 kJ; Białko ogółem: 111.75 g; Tłuszcz: 70.04 g; Węglowodany ogółem: 375.83 g; suma cukrów prostych: 146.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.80 g; Błonnik pokarmowy: 33.69 g; Sól: 6.09 g;		
poniedziałek 2024-03-04 Dieta: PLYNNA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU PLYNNA* 400ml (<i>JAJ, MLE</i>), GALARETKA OWOCOWA PLYNNA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>), KAKAO NA MLEKU B/CUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), II Śniadanie: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),	PLYNNA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), Podwieczorek: KISIEL* 150ml ,	PLYNNA KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (<i>GLU</i>), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2143.68 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8656.88 kJ; Białko ogółem: 115.20 g; Tłuszcz: 71.78 g; Węglowodany ogółem: 266.87 g; suma cukrów prostych: 75.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.28 g; Błonnik pokarmowy: 23.00 g; Sól: 3.20 g;		
poniedziałek 2024-03-04 Dieta: BOGATORESZTKOWA		
KASZA KUKURYDZIANA 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</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , POMIDOR* 50g , SAŁATA MASŁOWA 10g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , KAKAO NA MLEKU B/CUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), II Śniadanie: MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 100g ,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA GRYCZANA NA SYPKO 200g , GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g , KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml , Podwieczorek: JABŁKO 150g ,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 150g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), SZYMKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KISIEL B/C* 150ml , WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2626.38 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10694.59 kJ; Białko ogółem: 102.82 g; Tłuszcz: 71.44 g; Węglowodany ogółem: 414.09 g; suma cukrów prostych: 114.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.57 g; Błonnik pokarmowy: 42.92 g; Sól: 7.31 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-05		
Dieta: PODSTAWOWA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SCHAB BENEDYKTA* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMN ZW* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA GRYZCZANA NA SYPKO 200g , BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (<i>GLU</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA ZCZERWONEJ KAP Z OL/ 100g , FASOLKA SZPARAGOWA GOT Z BUŁKĄ TARTA* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (<i>SOJ</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), BUŁKA MAŚLANA * 1Por ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2545.25 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10707.82 kJ; Białko ogółem: 126.03 g; Tłuszcz: 89.51 g; Węglowodany ogółem: 343.29 g; suma cukrów prostych: 68.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.61 g; Błonnik pokarmowy: 32.44 g; Sól: 7.51 g;		
wtorek 2024-03-05		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SCHAB BENEDYKTA* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), RZODKIEWKA 20g , TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>),	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMNIAK* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (<i>GLU</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g (<i>SEL</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml , MANDARYNKA 100g ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (<i>SOJ</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), BUŁKA MAŚLANA * 1Por ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2358.03 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9929.55 kJ; Białko ogółem: 118.71 g; Tłuszcz: 73.57 g; Węglowodany ogółem: 340.48 g; suma cukrów prostych: 74.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.48 g; Błonnik pokarmowy: 34.29 g; Sól: 7.00 g;		
wtorek 2024-03-05		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), SCHAB BENEDYKTA* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), RZODKIEWKA 20g , TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g , II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMNIAK* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (<i>GLU</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g (<i>SEL</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ</i>), Podwieczorek: GREJFRUT* 200g ,	MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (<i>SOJ</i>), Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWY, MEX, SAŁ Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2584.50 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10875.36 kJ; Białko ogółem: 124.09 g; Tłuszcz: 81.17 g; Węglowodany ogółem: 378.92 g; suma cukrów prostych: 85.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.07 g; Błonnik pokarmowy: 43.21 g; Sól: 7.80 g;		
wtorek 2024-03-05		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g , SCHAB BENEDYKTA* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), RZODKIEWKA 20g , TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>),	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMNIAK* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (<i>GLU</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g (<i>SEL</i>), FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM 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>), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (<i>SOJ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), BUŁKA MAŚLANA * 1Por ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2412.73 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10160.25 kJ; Białko ogółem: 119.75 g; Tłuszcz: 77.48 g; Węglowodany ogółem: 343.60 g; suma cukrów prostych: 68.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.56 g; Błonnik pokarmowy: 32.60 g; Sól: 7.05 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-05		
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>), SCHAB BENEDYKTA* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), JABŁKO PRAŻONE* 60g ,	ZUPA DYNIOWA ZZIEMNIAK* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (<i>GLU</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 100g , JABŁKO PIECZONE* 150g ,	BUŁKA PSZENNNA KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (<i>SOJ</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2436.59 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10263.84 kJ; Białko ogółem: 118.91 g; Tłuszcz: 71.57 g; Węglowodany ogółem: 361.85 g; suma cukrów prostych: 87.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.15 g; Błonnik pokarmowy: 29.06 g; Sól: 6.94 g;		
wtorek 2024-03-05		
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>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25g/op. 2szt , WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), HERBATA B/CUKRU* 250ml , TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), JABŁKO PRAŻONE* 60g , II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA DYNIOWA ZZIEMNIAK* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 100g , JABŁKO PIECZONE* 150g , Podwieczorek: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (<i>MLE</i>), PASTA DROBOWO-WARZYWNA* 80g (<i>SEL, GOR</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2323.57 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9779.15 kJ; Białko ogółem: 103.12 g; Tłuszcz: 63.63 g; Węglowodany ogółem: 349.79 g; suma cukrów prostych: 113.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.82 g; Błonnik pokarmowy: 28.37 g; Sól: 4.24 g;		
wtorek 2024-03-05		
Dieta: BOGATOBIALKOWA		
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>), SCHAB BENEDYKTA* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), RZODKIEWKA 20g , TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA DYNIOWA ZZIEMNIAK* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (<i>GLU</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OLI 100g (<i>SEL</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml , MANDARYNKA 100g , Podwieczorek: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 30G,M.R, SAŁ,ZSZYNKA Z INDYKA 30G 1Pα (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (<i>SOJ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), BUŁKA MAŚLANA * 1Por ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2625.23 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11054.45 kJ; Białko ogółem: 126.27 g; Tłuszcz: 83.17 g; Węglowodany ogółem: 378.09 g; suma cukrów prostych: 86.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.13 g; Błonnik pokarmowy: 34.16 g; Sól: 8.05 g;		
wtorek 2024-03-05		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
PLATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 20g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SCHAB BENEDYKTA* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA ZI C* 250ml , RZODKIEWKA 20g , TWAROŻEK* 50g (<i>MLE</i>), II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA DYNIOWA Z ZIEMN* 200ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 50ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OLI 100g (<i>SEL</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml , MANDARYNKA 100g , Podwieczorek: TRUSKAWKI MROŻ W GALARETCIE OW* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (<i>SOJ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , Posiłek nocny: BUŁKA MAŚLANA * 1Por , KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1796.47 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7572.23 kJ; Białko ogółem: 102.01 g; Tłuszcz: 54.47 g; Węglowodany ogółem: 254.48 g; suma cukrów prostych: 81.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.73 g; Błonnik pokarmowy: 24.04 g; Sól: 6.03 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-06 Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), HERBATA Z/C* 250ml, PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g (<i>SEL, GOR</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (<i>JAJ</i>), SOS PIETRUSZKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU</i>), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, JABŁKO PIECZONE* 150g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (<i>MLE</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX. SAŁATA, SZYNKA, TOSTOWA 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2266.93 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9481.73 kJ; Białko ogółem: 94.15 g; Tłuszcz: 59.97 g; Węglowodany ogółem: 351.33 g; suma cukrów prostych: 70.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.89 g; Błonnik pokarmowy: 28.61 g; Sól: 7.82 g;		
środa 2024-03-06 Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), HERBATA B/CUKRU* 250ml, PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g (<i>SEL, GOR</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 200ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (<i>JAJ</i>), SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU</i>), SOS PIETRUSZKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MARCHEW GOTOWANA * 100g (<i>MLE</i>), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (<i>MLE</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SZYNKA WP GOT B/SOLI* 60g, Posiłek nocny: BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SCHAB GOT B/SOLI* 20g, MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2271.86 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9570.65 kJ; Białko ogółem: 104.69 g; Tłuszcz: 63.25 g; Węglowodany ogółem: 333.98 g; suma cukrów prostych: 56.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.06 g; Błonnik pokarmowy: 25.86 g; Sól: 4.60 g;		
środa 2024-03-06 Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA GRAN ZCYTRYNA Z/C * 250ml, RUKOLA* 20g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), POMIDOR 60g, II Śniadanie: KANAPKA Z CHL RAZ 40G, M.EX. SAŁ, SERA BIAŁEGO 50 G 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI * 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (<i>JAJ</i>), SOS POMIDOROWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH.JABŁ.KUK Z JOG/ 100g (<i>MLE</i>), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU</i>), Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX. SAŁATA, SZYNKA, TOSTOWA 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2486.36 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10396.72 kJ; Białko ogółem: 112.95 g; Tłuszcz: 76.30 g; Węglowodany ogółem: 350.50 g; suma cukrów prostych: 67.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.28 g; Błonnik pokarmowy: 28.45 g; Sól: 8.91 g;		
środa 2024-03-06 Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 200ml (<i>GLU, JAJ, 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% 5g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 40g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), RUKOLA* 20g, HERBATA GRAN Z CYTRYNA Z/C * 250ml, POMIDOR 60g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), II Śniadanie: SOK JABŁKOWY* 200ml,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI * 200ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g, GOŁĄBKI Z MIĘSA I RYŻU W KAP. PEKIŃSKIEJ*(2 SZT) 260g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), SOS POMIDOROWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MANDARYNKA 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU</i>), Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 20g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, POŁĘDWICA DROB ANI 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 30G, M.EX. SAŁATY, POL SOP 10G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1644.13 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6920.45 kJ; Białko ogółem: 75.77 g; Tłuszcz: 43.50 g; Węglowodany ogółem: 248.45 g; suma cukrów prostych: 78.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.08 g; Błonnik pokarmowy: 22.82 g; Sól: 6.02 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-07		
Dieta: PODSTAWOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PASTA Z SERA BIAŁEGO I WĘDLINY Z NATKĄ PIETR* 60g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA LODOWA* 20g, POMIDOR 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA PEJZANKA* 400ml (<i>SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLEJEM* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT ZMIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SAŁATKA Z RYŻU, BROKUŁA I WĘDLINY Z OLEJEM* 120g (<i>JAJ, MLE, GOR</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 40g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, JABŁKO 150g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2274.77 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9475.32 kJ; Białko ogółem: 120.22 g; Tłuszcz: 64.13 g; Węglowodany ogółem: 318.66 g; suma cukrów prostych: 72.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.80 g; Błonnik pokarmowy: 30.73 g; Sól: 8.45 g;		
czwartek 2024-03-07		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PASTA Z SERA BIAŁEGO I WĘDLINY Z NATKĄ PIETR* 60g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA LODOWA* 20g, POMIDOR 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLEJEM* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT ZMIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 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>), SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 40g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATKA Z RYŻU, BROKUŁA I WĘDLINY Z OLEJEM* 120g (<i>MLE, GOR</i>), JABŁKO 150g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2387.08 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9937.76 kJ; Białko ogółem: 120.30 g; Tłuszcz: 75.83 g; Węglowodany ogółem: 318.88 g; suma cukrów prostych: 69.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.50 g; Błonnik pokarmowy: 28.81 g; Sól: 8.15 g;		
czwartek 2024-03-07		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYŚW. WĘGL.		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), PASTA Z SERA BIAŁEGO I WĘDLINY Z NATKĄ PIETR* 60g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA LODOWA* 20g, POMIDOR 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLEJEM* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT ZMIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, Podwieczorek: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 30G, M.R., FILETA KRÓL. 30G, SAŁATY 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, SAŁATKA Z RYŻU, BROKUŁA I WĘDLINY Z OLEJEM* 120g (<i>MLE, GOR</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 40g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), JABŁKO 150g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX, SAŁ I SZYNKA DĘB 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2666.72 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11109.91 kJ; Białko ogółem: 121.44 g; Tłuszcz: 87.12 g; Węglowodany ogółem: 364.53 g; suma cukrów prostych: 74.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.99 g; Błonnik pokarmowy: 33.58 g; Sól: 8.96 g;		
czwartek 2024-03-07		
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 PSZENNNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PASTA Z SERA BIAŁEGO I WĘDLINY Z NATKĄ PIETR* 60g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), SAŁATA LODOWA* 20g, POMIDOR 60g,	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLEJEM* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT ZMIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 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>), SAŁATA MASŁOWA 10g, SAŁATKA Z RYŻU, BROKUŁA I WĘDLINY Z OLEJEM* 120g (<i>MLE, GOR</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 40g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), JABŁKO 150g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2396.28 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9978.56 kJ; Białko ogółem: 119.78 g; Tłuszcz: 75.75 g; Węglowodany ogółem: 321.32 g; suma cukrów prostych: 69.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.48 g; Błonnik pokarmowy: 27.57 g; Sól: 8.15 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-07		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), PASTA ZSERA BIAŁEGO I WĘDLINY Z NATKĄ PIETR* 60g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), JABŁKO PRAŻONE* 70g , POMIDOR B/SKÓRY 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), SAŁATA MASŁOWA 10g ,	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLEJEM* 100g , KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml ,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), SAŁATKA Z RYŻU I WARZYW Z WĘDL Z OLEJEM* 120g (MLE, SEL, GOR), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 40g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2421.44 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10088.71 kJ; Białko ogółem: 119.91 g; Tłuszcz: 76.30 g; Węglowodany ogółem: 325.66 g; suma cukrów prostych: 67.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.14 g; Błonnik pokarmowy: 25.21 g; Sól: 8.25 g;		
czwartek 2024-03-07		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), PASTA ZSERA BIAŁEGO I WĘDLINY Z NATKĄ PIETR* 60g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), JABŁKO PRAŻONE* 70g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , POMIDOR B/SKÓRY 60g, II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (GLU), Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), SAŁATKA Z RYŻU I WARZYW Z WĘDL Z OLEJEM* 120g (MLE, SEL, GOR), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 40g , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE), Posiłek nocny: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2374.90 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9893.36 kJ; Białko ogółem: 112.82 g; Tłuszcz: 77.94 g; Węglowodany ogółem: 317.67 g; suma cukrów prostych: 63.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.96 g; Błonnik pokarmowy: 25.04 g; Sól: 6.06 g;		
czwartek 2024-03-07		
Dieta: BOGATOBIALKOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNNA KAJZERKA 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), PASTA ZSERA BIAŁEGO I WĘDLINY Z NATKĄ PIETR* 60g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), SAŁATA LODOWA* 20g , POMIDOR 60g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLEJEM* 100g , DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , Podwieczorek: KANAPKA Z CHLEBA RAZ, M, SAŁ, FILETEM KRÓLEWSKIM* 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), SAŁATKA Z RYŻU, BROKUŁA I WĘDLINY Z OLEJEM* 120g (MLE, GOR), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 60g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , JABŁKO 150g , Posiłek nocny: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2677.08 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11156.26 kJ; Białko ogółem: 134.04 g; Tłuszcz: 86.65 g; Węglowodany ogółem: 353.93 g; suma cukrów prostych: 75.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.80 g; Błonnik pokarmowy: 30.23 g; Sól: 9.35 g;		
czwartek 2024-03-07		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 150ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNNA KAJZERKA 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO 82% 5g (MLE), PASTA ZSERA BIAŁEGO I WĘDLINY Z NATKĄ PIETR* 50g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 40g (MLE, GOR, SO2), SAŁATA LODOWA* 20g , POMIDOR 60g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 200ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS WŁASNY* 50ml (GLU, MLE, SEL), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLEJEM* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , Podwieczorek: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 30G, M.R., FILETA KRÓL. 30G, SAŁATY 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO 82% 5g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 40g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , SAŁATKA Z RYŻU, BROKUŁA I WĘDLINY Z OLEJEM* 80g (MLE, GOR), JABŁKO 100g , Posiłek nocny: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1814.05 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7564.07 kJ; Białko ogółem: 104.23 g; Tłuszcz: 55.32 g; Węglowodany ogółem: 234.03 g; suma cukrów prostych: 50.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.94 g; Błonnik pokarmowy: 20.70 g; Sól: 6.70 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-07		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
MAKARON B/GLUTENOWY NA MLEKU* 350ml (JAJ, MLE), PIECZYWO B/GLUTENOWE* 100g (ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), PASTA Z SERA BIAŁEGO I WĘDLINY Z NATKĄ PIETR* 60g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), SAŁATA LODOWA* 20g, POMIDOR 60g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml (MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA ZOLEJEM* 100g, KOMPOT ZMIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, DYNIA DUSZONA B/GLUTENU* 100g, Podwieczorek: KANAPKA Z PIECZ B/GLUT Z M, SAŁ, FILETEM KRÓLEWSKIM* 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),	PIECZYWO B/GLUTENOWE* 120g (ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), SAŁATKA Z RYŻU, BROKUŁA I WĘDLINY ŻW* 120g (JAJ, MLE, GOR), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 40g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, JABŁKO 150g, Posiłek nocny: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2423.45 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10064.76 kJ; Białko ogółem: 107.92 g; Tłuszcz: 82.97 g; Węglowodany ogółem: 315.46 g; suma cukrów prostych: 74.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.16 g; Błonnik pokarmowy: 24.51 g; Sól: 8.62 g;		
czwartek 2024-03-07		
Dieta: PAPKOWATA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO 82% 10g (MLE), PASTA Z SERA BIAŁEGO I WĘDLINY Z NATKĄ PIETR* 60g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 50g (MLE, GOR, SO2), JABŁKO PRAŻONE* 70g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN MIX* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (GLU), DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), KOMPOT ZMIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO 82% 10g (MLE), SAŁATKA Z RYŻU I WARZYW Z WĘDL Z OLEJEM* 120g (MLE, SEL, GOR), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA MIELONA* 40g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2436.98 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10149.95 kJ; Białko ogółem: 127.92 g; Tłuszcz: 79.76 g; Węglowodany ogółem: 315.00 g; suma cukrów prostych: 76.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.85 g; Błonnik pokarmowy: 27.62 g; Sól: 7.72 g;		
czwartek 2024-03-07		
Dieta: PŁYNNA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU PŁYNNYM* 400ml (GLU, JAJ, MLE), JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: KISIEL* 150ml,	PŁYNNA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), SOK POMIDOROWY* 1szt, KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, Podwieczorek: BUDYN* 150ml (MLE),	PŁYNNA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2188.06 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9200.20 kJ; Białko ogółem: 116.08 g; Tłuszcz: 71.56 g; Węglowodany ogółem: 280.91 g; suma cukrów prostych: 81.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.73 g; Błonnik pokarmowy: 28.09 g; Sól: 5.16 g;		
czwartek 2024-03-07		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), PASTA Z SERA BIAŁEGO I WĘDLINY Z NATKĄ PIETR* 60g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA LODOWA* 20g, POMIDOR 60g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK ZOLEJEM* 130g, JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA ZOLEJEM* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), KOMPOT ZMIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, Podwieczorek: SOK POMIDOROWY* 1szt,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), SAŁATKA Z RYŻU, BROKUŁA I WĘDLINY ŻW* 120g (JAJ, MLE, GOR), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 40g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, JABŁKO 150g, Posiłek nocny: PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE), SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2770.57 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11556.12 kJ; Białko ogółem: 135.17 g; Tłuszcz: 81.17 g; Węglowodany ogółem: 393.93 g; suma cukrów prostych: 85.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.64 g; Błonnik pokarmowy: 40.84 g; Sól: 10.45 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-08		
Dieta: PODSTAWOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK*/ 100g (<i>MLE</i>), PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, RZODKIEWKA 20g,	ZUPA RUMFORDZKA* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET SMAŻONY (MIRUNA)* 110g (<i>GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ</i>), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ. I JABŁKA B/C* 250g, SURÓWKA COLESŁAW Z JOG*/ 100g (<i>JAJ, MLE, GOR</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), PASTA Z CIECIERZYCY Z WARZYWAMI* 100g (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, OGÓREK KISZONY* 80g, SER ŻÓŁTY 20g (<i>MLE</i>), Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZM, SAŁ I SZYNKĄ DĘB* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2649.94 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11150.72 kJ; Białko ogółem: 108.93 g; Tłuszcz: 80.64 g; Węglowodany ogółem: 385.64 g; suma cukrów prostych: 53.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.68 g; Błonnik pokarmowy: 40.01 g; Sól: 6.74 g;		
piątek 2024-03-08		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK*/ 100g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, RZODKIEWKA 20g,	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SURÓWKA Z SELERA, JABŁKA Z JOG* 100g (<i>MLE, SEL</i>), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ. I JABŁKA B/C* 250g, BROKUŁY GOTOWANE * 100g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), PASTA WARZYWNA * 100g (<i>SEL</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR * 80g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZM, SAŁ I SZYNKĄ DĘB* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2197.94 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9263.34 kJ; Białko ogółem: 91.53 g; Tłuszcz: 60.79 g; Węglowodany ogółem: 337.93 g; suma cukrów prostych: 58.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.08 g; Błonnik pokarmowy: 31.94 g; Sól: 5.04 g;		
piątek 2024-03-08		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYŚW. WĘGL.		
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</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK*/ 100g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, RZODKIEWKA 20g, POWIDŁA JABŁKOWE* 60g, PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SURÓWKA Z SELERA, JABŁKA Z JOG* 100g (<i>MLE, SEL</i>), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻONEJ B/C* 250ml, FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ</i>), Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), PASTA Z CIECIERZYCY Z WARZYWAMI* 100g (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, OGÓREK KISZONY* 80g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZM, SAŁ I SZYNKĄ DĘB* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2238.89 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9428.45 kJ; Białko ogółem: 102.24 g; Tłuszcz: 58.24 g; Węglowodany ogółem: 340.63 g; suma cukrów prostych: 72.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.91 g; Błonnik pokarmowy: 40.37 g; Sól: 6.95 g;		
piątek 2024-03-08		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK*/ 100g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, RZODKIEWKA 20g,	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SURÓWKA Z SELERA, JABŁKA Z JOG* 100g (<i>MLE, SEL</i>), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ. I JABŁKA B/C* 250g, BROKUŁY GOTOWANE * 100g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), PASTA Z CIECIERZYCY Z WARZYWAMI* 100g (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR * 80g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZM, SAŁ I SZYNKĄ DĘB* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2262.35 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9536.37 kJ; Białko ogółem: 97.26 g; Tłuszcz: 57.86 g; Węglowodany ogółem: 350.33 g; suma cukrów prostych: 60.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.10 g; Błonnik pokarmowy: 35.81 g; Sól: 4.97 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-08		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
KASZA MANNA 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>), TWAROŻEK*/ 100g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, JABŁKO PRAŻONE* 60g, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g,	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), WARZYWA GOT* 150g (<i>SEL</i>), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA B/C* 250g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (<i>MLE</i>), PASTA WARZYWNA * 100g (<i>SEL</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KISIEL B/C* 150ml, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2048.84 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8642.67 kJ; Białko ogółem: 82.89 g; Tłuszcz: 49.84 g; Węglowodany ogółem: 333.25 g; suma cukrów prostych: 69.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.65 g; Błonnik pokarmowy: 29.90 g; Sól: 3.79 g;		
piątek 2024-03-08		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), DŻEM * 70g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, JABŁKO PRAŻONE* 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, TWAROŻEK*/ 100g (<i>MLE</i>), II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	JABŁKO PIECZONE* 150g, ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), WARZYWA GOT* 150g (<i>SEL</i>), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA B/C* 250g, Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (<i>MLE</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , PASTA WARZYWNA * 100g (<i>SEL</i>), Posiłek nocny: KISIEL B/C* 150ml, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2094.15 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8820.88 kJ; Białko ogółem: 87.42 g; Tłuszcz: 52.14 g; Węglowodany ogółem: 337.46 g; suma cukrów prostych: 118.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.26 g; Błonnik pokarmowy: 33.02 g; Sól: 3.84 g;		
piątek 2024-03-08		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK*/ 100g (<i>MLE</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, RZODKIEWKA 20g, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SURÓWKA Z SELERĄ, JABŁKA Z JOG* 100g (<i>MLE, SEL</i>), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA B/C* 250g, FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ</i>), Podwieczorek: BISZKOPTY* 20g (<i>GLU, JAJ, ORZ</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), PASTA WARZYWNA * 100g (<i>SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, POMIDOR * 80g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ M, SAŁ I SZYNKĄ DĘB* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2358.04 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9935.84 kJ; Białko ogółem: 97.45 g; Tłuszcz: 65.64 g; Węglowodany ogółem: 361.43 g; suma cukrów prostych: 72.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.72 g; Błonnik pokarmowy: 33.25 g; Sól: 5.68 g;		
piątek 2024-03-08		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO 82% 15g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK*/ 100g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, RZODKIEWKA 20g, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SURÓWKA Z SELERĄ, JABŁKA Z JOG* 100g (<i>MLE, SEL</i>), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA B/C* 250g, BROKUŁY GOTOWANE * 100g, Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO 82% 15g (<i>MLE</i>), PASTA WARZYWNA * 100g (<i>SEL</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR * 80g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ M, SAŁ I SZYNKĄ DĘB* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2165.74 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9125.99 kJ; Białko ogółem: 94.03 g; Tłuszcz: 62.25 g; Węglowodany ogółem: 324.01 g; suma cukrów prostych: 65.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.62 g; Błonnik pokarmowy: 31.70 g; Sól: 4.84 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-08		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
RYŻANKA* 400ml (SEL), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), TWAROŻEK*/ 100g (MLE), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, RZODKIEWKA 20g, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM B/GLUTENU* 400ml (MLE, SEL), ZIEMNIKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SURÓWKA Z SELERA, JABŁKA Z JOG* 100g (MLE, SEL), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA B/C* 250g, FASOLKA SZPARAGOWA GOT* 100g, Podwieczorek: KISIEL B/C* 150ml,	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 15g (MLE), PASTA WARZYWNA * 100g (SEL), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR * 80g, Posiłek nocny: KANAPKA Z PIECZ B/GLUT 50g, M. EX., SAŁ., SZYNKA DĘBOWA 20g 1Por (SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2058.25 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8644.23 kJ; Białko ogółem: 67.33 g; Tłuszcz: 60.39 g; Węglowodany ogółem: 321.69 g; suma cukrów prostych: 62.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.32 g; Błonnik pokarmowy: 32.72 g; Sól: 5.47 g;		
piątek 2024-03-08		
Dieta: PAKOWATA		
KASZA MANNA NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO 82% 10g (MLE), TWAROŻEK*/ 100g (MLE), JABŁKO PRAŻONE* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM MIX* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET RYBNY * 100g (GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), WARZYWA GOT* 150g (SEL), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA B/C* 250g, BROKUŁY GOTOWANE * 100g, Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO 82% 10g (MLE), PASTA WARZYWNA * 100g (SEL), ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KISIEL B/C* 150ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2110.07 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8895.90 kJ; Białko ogółem: 99.54 g; Tłuszcz: 53.62 g; Węglowodany ogółem: 326.49 g; suma cukrów prostych: 84.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.36 g; Błonnik pokarmowy: 35.68 g; Sól: 3.47 g;		
piątek 2024-03-08		
Dieta: PŁYNNA		
KASZA MANNA NA MLEKU PIYNNNA* 400ml (GLU, JAJ, MLE), JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: SOK POMARAŃCZOWY* 200ml,	PŁYNNA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA B/C* 250g, BUDYŃ B/C* 150ml (MLE), Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	PŁYNNA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KISIEL B/C* 150ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2059.67 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8666.19 kJ; Białko ogółem: 98.07 g; Tłuszcz: 66.19 g; Węglowodany ogółem: 276.46 g; suma cukrów prostych: 85.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.24 g; Błonnik pokarmowy: 22.79 g; Sól: 2.47 g;		
piątek 2024-03-08		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTN* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), TWAROŻEK*/ 100g (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, RZODKIEWKA 20g, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), RYŻ BRAZOWY NA SYPKO * 200g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SURÓWKA Z SELERA, JABŁKA Z JOG* 100g (MLE, SEL), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA B/C* 250g, BROKUŁY GOTOWANE * 100g, Podwieczorek: SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY Z OL* 130g,	CHLEB PSZENNO ŻYTN* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 15g (MLE), PASTA WARZYWNA * 100g (SEL), OGÓREK ŚW 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR * 80g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZM, SAŁ I SZYNKĄ DĘB* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2566.33 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10819.00 kJ; Białko ogółem: 103.65 g; Tłuszcz: 66.70 g; Węglowodany ogółem: 411.11 g; suma cukrów prostych: 77.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.77 g; Błonnik pokarmowy: 44.42 g; Sól: 6.53 g;		
sobota 2024-03-09		
Dieta: PODSTAWOWA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTN* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g (MLE, GOR), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, POMIDOR 60g, JABŁKO 150g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ),	ZUPA SZPINAKOWA ZZIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (MLE), KOMPOT ZMIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 130g (SEL),	CHLEB PSZENNO-ŻYTN* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 15g (MLE), SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2305.17 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9530.99 kJ; Białko ogółem: 99.93 g; Tłuszcz: 70.00 g; Węglowodany ogółem: 337.06 g; suma cukrów prostych: 63.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.82 g; Błonnik pokarmowy: 37.65 g; Sól: 7.38 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-09		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g (<i>MLE, GOR</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , JABŁKO 150g , JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT ZMIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 130g (<i>SEL</i>),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2361.17 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9767.59 kJ; Białko ogółem: 101.33 g; Tłuszcz: 74.06 g; Węglowodany ogółem: 339.58 g; suma cukrów prostych: 65.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.95 g; Błonnik pokarmowy: 35.55 g; Sól: 7.27 g;		
sobota 2024-03-09		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
PLĄTKI OWSIANE 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</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g (<i>MLE, GOR</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , JABŁKO 150g , JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml ,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT ZMIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 130g (<i>SEL</i>), Podwieczorek: KRAKERSY 15g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , Posiłek nocny: CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA 30g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA MASŁOWA 15g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2484.02 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10275.88 kJ; Białko ogółem: 102.69 g; Tłuszcz: 79.54 g; Węglowodany ogółem: 358.04 g; suma cukrów prostych: 61.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.93 g; Błonnik pokarmowy: 39.58 g; Sól: 8.62 g;		
sobota 2024-03-09		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g (<i>MLE, GOR</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , JABŁKO PRAŻONE* 60g , JABŁKO 150g ,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 130g (<i>SEL</i>),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2309.97 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9557.39 kJ; Białko ogółem: 92.70 g; Tłuszcz: 67.38 g; Węglowodany ogółem: 351.16 g; suma cukrów prostych: 73.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.95 g; Błonnik pokarmowy: 36.27 g; Sól: 7.02 g;		
sobota 2024-03-09		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g (<i>MLE, GOR</i>), HERBATA B/CUKRU* 250ml , WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), JABŁKO PRAŻONE* 60g , JABŁKO 150g ,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , JABŁKO PIECZONE* 150g ,	BUŁKA PSZENNNA KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 10g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , HERBATA Z/C* 250ml , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2292.25 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9492.78 kJ; Białko ogółem: 91.34 g; Tłuszcz: 57.90 g; Węglowodany ogółem: 367.26 g; suma cukrów prostych: 92.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.19 g; Błonnik pokarmowy: 32.25 g; Sól: 6.89 g;		
sobota 2024-03-09		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
PLĄTKI 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>), TWAROŻEK* 110g (<i>MLE</i>), WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), HERBATA B/CUKRU* 250ml , JABŁKO PRAŻONE* 60g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml ,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT ZMIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , Podwieczorek: JABŁKO PIECZONE* 150g ,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 10g (<i>MLE</i>), SCHAB GOT B/SOLI * 70g , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , HERBATA Z/C* 250ml , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2141.81 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9013.09 kJ; Białko ogółem: 112.59 g; Tłuszcz: 61.92 g; Węglowodany ogółem: 296.97 g; suma cukrów prostych: 84.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.80 g; Błonnik pokarmowy: 26.30 g; Sól: 3.71 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-10		
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 KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA WP. DĘBOWA* 50g (<i>SOJ, MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), HERBATA B/CUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g ,	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ, KUK Z JOG/ 100g (<i>MLE</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml , DYNIA DUSZONA* 150g (<i>GLU</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), WARZYWA GOTOWANE * 70g (<i>SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , BROKUŁY GOTOWANE 80g , Posiłek nocny: KISIEL B/C* 150ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2083.90 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8413.62 kJ; Białko ogółem: 111.17 g; Tłuszcz: 57.13 g; Węglowodany ogółem: 295.26 g; suma cukrów prostych: 60.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.05 g; Błonnik pokarmowy: 31.81 g; Sól: 6.51 g;		
niedziela 2024-03-10		
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>), SZYMKOWA WP. DĘBOWA* 50g (<i>SOJ, MLE, GOR, SO2</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), HERBATA B/CUKRU* 250ml , JABŁKO PRAŻONE* 80g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g ,	ZUPA JARZYNOWA ZMAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), DYNIA DUSZONA* 150g (<i>GLU</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (<i>MLE</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA Z/C* 250ml , BROKUŁY GOTOWANE 80g , Posiłek nocny: KISIEL B/C* 150ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2004.02 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8075.30 kJ; Białko ogółem: 105.36 g; Tłuszcz: 54.85 g; Węglowodany ogółem: 283.38 g; suma cukrów prostych: 63.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.79 g; Błonnik pokarmowy: 25.17 g; Sól: 6.24 g;		
niedziela 2024-03-10		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ZOŁ		
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>), TWAROŻEK*/ 100g (<i>MLE</i>), JABŁKO PRAŻONE* 80g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>),	ZUPA JARZYNOWA ZMAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PULPET DROBOWY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), DYNIA DUSZONA* 150g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml , Podwieczorek: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (<i>MLE</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , PASTA DROBOWO-WARZYWNA* 80g (<i>SEL, GOR</i>), HERBATA Z/C* 250ml , BROKUŁY GOTOWANE 80g , Posiłek nocny: KISIEL B/C* 150ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2138.68 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8642.10 kJ; Białko ogółem: 99.27 g; Tłuszcz: 65.70 g; Węglowodany ogółem: 301.07 g; suma cukrów prostych: 81.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.89 g; Błonnik pokarmowy: 27.27 g; Sól: 3.58 g;		
niedziela 2024-03-10		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA WP. DĘBOWA* 50g (<i>SOJ, MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ, KUK Z JOG/ 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml , DYNIA DUSZONA* 150g (<i>GLU</i>), Podwieczorek: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</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>), WARZYWA GOTOWANE * 70g (<i>SEL</i>), PASTA DROBOWO-WARZYWNA* 50g (<i>SEL, GOR</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , BROKUŁY GOTOWANE 80g , Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2434.50 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9894.09 kJ; Białko ogółem: 133.48 g; Tłuszcz: 66.20 g; Węglowodany ogółem: 341.56 g; suma cukrów prostych: 94.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.47 g; Błonnik pokarmowy: 34.18 g; Sól: 7.64 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-10		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP. DĘBOWA* 50g (<i>SOJ, MLE, GOR, SO2</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , II Śniadanie: MANDARYNKA* 150g ,	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ Z JOG*/ 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml , DYNIA DUSZONA* 150g (<i>GLU</i>), Podwieczorek: KISIEL* 150ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO 82% 15g (<i>MLE</i>), WARZYWA GOTOWANE * 70g (<i>SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , BROKUŁY GOTOWANE 80g , Posiłek nocny: KISIEL B/C* 150ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2007.16 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8088.95 kJ; Białko ogółem: 107.42 g; Tłuszcz: 55.65 g; Węglowodany ogółem: 284.38 g; suma cukrów prostych: 79.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.55 g; Błonnik pokarmowy: 33.69 g; Sól: 6.80 g;		
niedziela 2024-03-10		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (<i>ORZ, SEZ</i>), MASŁO 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP. DĘBOWA* 50g (<i>SOJ, MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , II Śniadanie: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g ,	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM B/ GLUT* 400ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ Z JOG*/ 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml , DYNIA DUSZONA* 150g (<i>GLU</i>), Podwieczorek: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (<i>ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), WARZYWA GOTOWANE * 70g (<i>SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , BROKUŁY GOTOWANE 80g , Posiłek nocny: KISIEL B/C* 150ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2130.18 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8585.97 kJ; Białko ogółem: 99.04 g; Tłuszcz: 61.92 g; Węglowodany ogółem: 302.47 g; suma cukrów prostych: 81.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.58 g; Błonnik pokarmowy: 31.34 g; Sól: 7.41 g;		
niedziela 2024-03-10		
Dieta: PAKOWATA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU MIX* 400ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO 82% 10g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , SZYNKOWA WP. DĘBOWA MIELONA* 50g (<i>SOJ, MLE, GOR, SO2</i>), JABŁKO PRAŻONE* 80g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , BROKUŁY GOTOWANE 60g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>),	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM MIX* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), DYNIA DUSZONA* 150g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml , Podwieczorek: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),	CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO 82% 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g , Posiłek nocny: KISIEL B/C* 150ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2071.93 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8357.94 kJ; Białko ogółem: 102.46 g; Tłuszcz: 60.22 g; Węglowodany ogółem: 292.32 g; suma cukrów prostych: 85.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.65 g; Błonnik pokarmowy: 27.38 g; Sól: 5.60 g;		
niedziela 2024-03-10		
Dieta: PŁYNNA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU PŁYNNA* 400ml (<i>JAJ, MLE</i>), KISIEL SONDA* 150ml , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	PŁYNNA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml , SOK POMIDOROWY* 1sz , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	PŁYNNA KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), TWAROŻEK MIX* 110g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , Posiłek nocny: KISIEL B/C* 150ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1940.57 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7798.79 kJ; Białko ogółem: 106.81 g; Tłuszcz: 67.14 g; Węglowodany ogółem: 236.66 g; suma cukrów prostych: 72.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.91 g; Błonnik pokarmowy: 26.77 g; Sól: 3.85 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-10		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
KASZA KUKURUDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKOWA WP. DĘBOWA* 50g (SOJ, MLE, GOR, SO2), SAŁATA MASŁOWA 10g , JABŁKO 150g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , BROKUŁY GOTOWANE 60g , BROKUŁY GOTOWANE 60g , II Śniadanie: KANAPKA Z CHLEBA RAZM , SAŁ I SZYNKĄ DĘB* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2),	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM PEŁNOZIARNISTYM* 400ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), RYŻBRĄZOWY NA SYPKO * 200g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ Z JOG*/100g (MLE), SOS KOPERKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml , Podwieczorek: POMARAŃCZA* 150g ,	CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), SURÓWKA Z BIAŁEJ RZODKWI, MARCHWI I JABŁKA 100g (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (MLE, GOR, SO2), BROKUŁY GOTOWANE 80g , KISIEL Z TARTYM JABŁKIEM Z CIUKR* 150ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2451.25 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9963.26 kJ; Białko ogółem: 111.61 g; Tłuszcz: 55.49 g; Węglowodany ogółem: 393.95 g; suma cukrów prostych: 90.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.11 g; Błonnik pokarmowy: 47.91 g; Sól: 9.62 g;		

Dietetyk

.....