

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny  |  |  |
|--|--|--|
| Śniadanie<br>II Śniadanie  | Obiad<br>Podwieczorek  | Kolacja<br>Posiłek nocny   |
| <b>czwartek 2024-04-04</b>   |  |  |
| <b>Dieta: PODSTAWOWA</b>   |  |  |
| PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), CHLEB RAZOWY* 50g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNNA KAJZERKA 1szt ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g ( <b>MLE</b> ), SAŁATA LODOWA* 20g, PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ), | ZUPA PEJZANKA* 400ml ( <b>SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g, SOS JARZYNOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), SAŁATKA ZBURAKA I JABŁKA Z OLEJEM* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml,                    | CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), SAŁATKA Z RYŻU, BROKUŁA, WARZYWI WĘDLINY ZW* 120g ( <b>JAJ, MLE, GOR</b> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 40g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, JABŁKO 150g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <b>GLU, MLE</b> ),                  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2336.92 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9734.21 kJ; Białko ogółem: 111.75 g; Tłuszcz: 70.05 g; Węglowodany ogółem: 330.85 g; suma cukrów prostych: 80.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.36 g; Błonnik pokarmowy: 33.11 g; Sól: 7.26 g;  |  |  |
| <b>czwartek 2024-04-04</b>   |  |  |
| <b>Dieta: PODSTAWOWA BEZ MLEKA</b>   |  |  |
| PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), BUŁKA PSZENNNA KAJZERKA 1szt ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 50g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), PASTA JAJECZNA* 60g ( <b>JAJ, MLE</b> ), SAŁATA LODOWA* 20g, PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CUKRU* 250ml,   | ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC ZKURCZAKA PIECZONY* 80g, SOS JARZYNOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), SAŁATKA ZBURAKA I JABŁKA Z OLEJEM* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, | CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), SAŁATKA Z RYŻU, BROKUŁ, WARZYWI WĘDLINY Z OLEJEM* 120g ( <b>MLE, GOR</b> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 40g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, JABŁKO 150g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>KANAPKA Z BULKI 50G, MEX, SAŁATA, SZYNKA DEBOWA 20G* 1Por ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2342.43 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9738.52 kJ; Białko ogółem: 91.72 g; Tłuszcz: 80.66 g; Węglowodany ogółem: 327.95 g; suma cukrów prostych: 48.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.42 g; Błonnik pokarmowy: 33.00 g; Sól: 7.60 g;   |  |  |
| <b>czwartek 2024-04-04</b>   |  |  |
| <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>   |  |  |
| PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), CHLEB GRAHAM* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNNA KAJZERKA 1szt ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), SAŁATA LODOWA* 20g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ),         | ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC ZKURCZAKA PIECZONY* 80g, SOS JARZYNOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), SAŁATKA ZBURAKA I JABŁKA Z OLEJEM* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, | BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 40g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), SAŁATKA Z RYŻU, BROKUŁ, WARZYWI WĘDLINY Z OLEJEM* 120g ( <b>MLE, GOR</b> ), JABŁKO 150g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <b>GLU, MLE</b> ),                                |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2430.16 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10117.00 kJ; Białko ogółem: 110.69 g; Tłuszcz: 81.42 g; Węglowodany ogółem: 327.54 g; suma cukrów prostych: 75.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.00 g; Błonnik pokarmowy: 29.86 g; Sól: 6.96 g;   |  |  |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny   |   |   |
|---|---|---|
| Śniadanie<br>II Śniadanie   | Obiad<br>Podwieczorek   | Kolacja<br>Posiłek nocny  |
| <b>czwartek 2024-04-04</b>  |   |   |
| <b>Dieta: ŁATWOSTR. BEZ MLEKA</b>   |   |   |
| PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZ* 350ml (GLU, MLE, SEL), 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), PASTA JAŁCZNA* 60g (JAJ, MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), SAŁATA LODOWA* 20g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml,   | ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC ZKURCZAKA PIECZONY* 80g, SOS JARZYNOWY* 100ml (GLU, SEL), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLEJEM* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml,  | BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), SAŁATKA Z RYŻU, BROKUŁ, WARZYW I WĘDLIN Y Z OLEJEM* 120g (MLE, GOR), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 40g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g, JABŁKO 150g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>KANAPKA Z BULKI 50G, M.EX, SAŁATA, SZYNKA DĘBOWA 20G* 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),              |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2319.31 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9637.87 kJ; Białko ogółem: 92.48 g; Tłuszcz: 82.76 g; Węglowodany ogółem: 316.80 g; suma cukrów prostych: 47.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.02 g; Błonnik pokarmowy: 33.25 g; Sól: 7.43 g;  |   |   |
| <b>czwartek 2024-04-04</b>  |   |   |
| <b>Dieta: ŁATWOSTR. POŁOŻNICZA</b>  |   |   |
| PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 20g (MLE), PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), POMIDOR B/SKÓRY 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR),<br><b>II Śniadanie:</b><br>BUDYŃ* 150ml (MLE), | ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC ZKURCZAKA PIECZONY* 80g, SOS JARZYNOWY* 100ml (GLU, SEL), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLEJEM* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml,  | BUŁKA PSZENNA KROJ* 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO 82% 20g (MLE), SAŁATKA Z RYŻU I WARZYW W WĘDL Z OLEJEM* 120g (MLE, SEL, GOR), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 40g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2693.86 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11223.00 kJ; Białko ogółem: 116.20 g; Tłuszcz: 100.15 g; Węglowodany ogółem: 344.04 g; suma cukrów prostych: 79.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.32 g; Błonnik pokarmowy: 25.60 g; Sól: 7.15 g;   |   |   |
| <b>czwartek 2024-04-04</b>  |   |   |
| <b>Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.</b>   |   |   |
| PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTN* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g (MLE), SAŁATA LODOWA* 20g, POMIDOR 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), SAŁATA MASŁOWA 10g,<br><b>II Śniadanie:</b><br>KISIEL B/C* 150ml,        | ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC ZKURCZAKA PIECZONY* 80g, SOS JARZYNOWY* 100ml (GLU, SEL), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLEJEM* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml,<br><b>Podwieczorek:</b><br>KANAPKA Z CHLEBA RAZ 30G, M.R., FILETA KRÓL. 30G, SAŁATY 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ), | CHLEB PSZENNO-ŻYTN* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, SAŁATKA Z RYŻU, BROKUŁ, WARZYW I WĘDLIN Y Z OLEJEM* 120g (MLE, GOR), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 40g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), JABŁKO 150g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX, SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2655.15 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11058.95 kJ; Białko ogółem: 115.48 g; Tłuszcz: 90.31 g; Węglowodany ogółem: 362.06 g; suma cukrów prostych: 73.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.92 g; Błonnik pokarmowy: 35.23 g; Sól: 8.26 g;  |   |   |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny   |  |  |
|---|--|--|
| Śniadanie<br>II Śniadanie   | Obiad<br>Podwieczorek  | Kolacja<br>Posiłek nocny   |
| <b>czwartek 2024-04-04</b>  |  |  |
| <b>Dieta: Z OGR.Ł/PRZYSW.WĘGL.B/S</b>   |  |  |
| <p>PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i>), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i>), SCHAB GOT B/SOLI* 60g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <i>JAJ</i>), SAŁATA LODOWA* 20g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>KISIEL B/C* 150ml,</p> | <p>ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN B/SOLI* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g, SOS JARZYNOWY B/ SOLI* 100ml ( <i>GLU, SEL</i>), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLEJEM* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g ( <i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G, M.EXSAŁ, SERA B 50G 1Por ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>),</p> | <p>CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g ( <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>), SAŁATKA Z RYŻU, BROKUŁ, WARZYW I WĘDLINY Z OLEJEM* 120g ( <i>MLE, GOR</i>), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 40g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, JABŁKO 150g,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <i>GLU, MLE</i>),</p>  |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2736.58 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11407.12 kJ; Białko ogółem: 139.18 g; Tłuszcz: 92.01 g; Węglowodany ogółem: 353.85 g; suma cukrów prostych: 77.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.69 g; Błonnik pokarmowy: 33.71 g; Sól: 5.72 g;</p>   |  |  |
| <b>czwartek 2024-04-04</b>  |  |  |
| <b>Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL. 1500</b>  |  |  |
| <p>PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 150ml ( <i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g ( <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% 5g ( <i>MLE</i>), PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g ( <i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 30g ( <i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA LODOWA* 20g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CUKRU* 250ml,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>KISIEL B/C* 150ml,</p>   | <p>ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 200ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 75g, UDZIEC ZKURCZAKA PIECZONY* 80g, SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLEJEM* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g ( <i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>WAFLE RYŻOWE 15g/op. 15g,</p>   | <p>CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 20g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 5g ( <i>MLE</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 40g ( <i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), JABŁKO 100g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATKA Z RYŻU, BROKUŁ, WARZYWI WĘDLINY Z OLEJEM* 60g ( <i>MLE, GOR</i>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <i>GLU, MLE</i>),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1534.04 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6401.38 kJ; Białko ogółem: 78.82 g; Tłuszcz: 47.92 g; Węglowodany ogółem: 205.49 g; suma cukrów prostych: 50.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.73 g; Błonnik pokarmowy: 20.03 g; Sól: 4.51 g;</p>   |  |  |
| <b>czwartek 2024-04-04</b>  |  |  |
| <b>Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL1500B/ML</b>  |  |  |
| <p>PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZ * 150ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i>), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i>), PASTA JAJECZNA* 60g ( <i>JAJ, MLE</i>), POMIDOR 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g,</p> <p><b>II Śniadanie:</b><br/>KISIEL B/C* 150ml,</p> | <p>ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 200ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 75g, UDZIEC ZKURCZAKA PIECZONY* 80g, SOS JARZYNOWY* 100ml ( <i>GLU, SEL</i>), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLEJEM* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g ( <i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml,</p> <p><b>Podwieczorek:</b><br/>WAFLE RYŻOWE 15g/op. 15g,</p>  | <p>CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 20g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 5g ( <i>MLE</i>), SAŁATKA Z RYŻU, BROKUŁ, WARZYW I WĘDLINY Z OLEJEM* 60g ( <i>MLE, GOR</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 40g ( <i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, JABŁKO 100g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b><br/>SOK POMIDOROWY* 1szt, PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <i>GLU, MLE</i>),</p>                 |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1538.03 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6413.52 kJ; Białko ogółem: 73.39 g; Tłuszcz: 47.05 g; Węglowodany ogółem: 217.56 g; suma cukrów prostych: 46.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.10 g; Błonnik pokarmowy: 27.53 g; Sól: 6.62 g;</p>   |  |  |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny  |   |  |
|--|---|--|
| Śniadanie<br>II Śniadanie  | Obiad<br>Podwieczorek   | Kolacja<br>Posiłek nocny   |
| <b>czwartek 2024-04-04</b>   |   |  |
| <b>Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL. B/ML</b>   |   |  |
| <p>PLĄTKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZ* 350ml (<b>GLU, MLE, SEL</b>), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (<b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</b>), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (<b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</b>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<b>MLE</b>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<b>MLE, GOR, SO2</b>), PASTA JAJECZNA* 60g (<b>JAJ, MLE</b>), SAŁATA LODOWA* 20g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,</p>  | <p>ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (<b>GLU, MLE, SEL</b>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC ZKURCZAKA PIECZONY* 80g, SOS JARZYNOWY* 100ml (<b>GLU, SEL</b>), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLEJEM* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g (<b>GLU</b>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, Podwieczorek: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 30G, M.R., FILETA KRÓL. 30G, SAŁATY 1Por (<b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b>),</p> | <p>CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (<b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</b>), CHLEB RAZOWY* 60g (<b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<b>MLE</b>), SAŁATKA Z RYŻU I WARZYW Z WĘDL Z OLEJEM* 120g (<b>MLE, SEL, GOR</b>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 40g (<b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b>), JABŁKO 150g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<b>GLU, MLE</b>),</p>                             |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2406.79 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10004.08 kJ; Białko ogółem: 92.05 g; Tłuszcz: 84.73 g; Węglowodany ogółem: 337.64 g; suma cukrów prostych: 58.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.99 g; Błonnik pokarmowy: 39.75 g; Sól: 8.58 g;</p>   |   |  |
| <b>czwartek 2024-04-04</b>   |   |  |
| <b>Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGLNISKOTŁ</b>  |   |  |
| <p>PLĄTKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<b>GLU, MLE</b>), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (<b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</b>), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (<b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</b>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<b>MLE</b>), PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g (<b>MLE</b>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<b>MLE, GOR, SO2</b>), HERBATA B/CUKRU* 250ml, POMIDOR B/SKÓRY 60g, JABŁKO PIECZONE* 150g, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,</p>         | <p>ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (<b>GLU, MLE, SEL</b>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC ZKURCZAKA PIECZONY* 80g, SOS JARZYNOWY* 100ml (<b>GLU, SEL</b>), DYNIA DUSZONA* 100g (<b>GLU</b>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<b>GLU</b>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, Podwieczorek: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 30G, M.R., FILETA KRÓL. 30G, SAŁATY 1Por (<b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b>),</p>    | <p>CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (<b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</b>), CHLEB RAZOWY* 60g (<b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 10g (<b>MLE</b>), SAŁATKA Z RYŻU I WARZYW Z WĘDL Z OLEJEM* 120g (<b>MLE, SEL, GOR</b>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 40g (<b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<b>MLE</b>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<b>GLU, MLE</b>),</p>   |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2420.87 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10081.69 kJ; Białko ogółem: 108.95 g; Tłuszcz: 75.21 g; Węglowodany ogółem: 342.97 g; suma cukrów prostych: 71.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.28 g; Błonnik pokarmowy: 34.02 g; Sól: 7.35 g;</p>  |   |  |
| <b>czwartek 2024-04-04</b>   |   |  |
| <b>Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ</b>  |   |  |
| <p>PLĄTKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<b>GLU, MLE</b>), CHLEB RAZOWY * 40g (<b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b>), BUŁKA PSZENNNA KAJZERKA 1szt (<b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<b>MLE</b>), PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g (<b>MLE</b>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<b>MLE, GOR, SO2</b>), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b>), SAŁATA LODOWA* 20g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g,</p> | <p>ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (<b>GLU, MLE, SEL</b>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC ZKURCZAKA PIECZONY* 80g, SOS JARZYNOWY* 100ml (<b>GLU, SEL</b>), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLEJEM* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g (<b>GLU</b>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml,</p>  | <p>BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b>), CHLEB RAZOWY * 40g (<b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<b>MLE</b>), SAŁATA MASŁOWA 10g, SAŁATKA Z RYŻU, BROKUŁ, WARZYW I WĘDLINY Z OLEJEM* 120g (<b>MLE, GOR</b>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 40g (<b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b>), JABŁKO 150g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<b>MLE</b>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<b>GLU, MLE</b>),</p>                      |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2439.36 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10157.80 kJ; Białko ogółem: 110.17 g; Tłuszcz: 81.34 g; Węglowodany ogółem: 329.98 g; suma cukrów prostych: 75.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.99 g; Błonnik pokarmowy: 28.62 g; Sól: 6.96 g;</p>  |   |  |
| <b>czwartek 2024-04-04</b>   |   |  |
| <b>Dieta: O KONT.ZAW.KW.TŁ B/M</b>   |   |  |
| <p>PLĄTKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZ* 350ml (<b>GLU, MLE, SEL</b>), CHLEB RAZOWY * 40g (<b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b>), BUŁKA PSZENNNA KAJZERKA 1szt (<b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<b>MLE</b>), PASTA Z BIAŁKA JAJKA* 60g (<b>JAJ</b>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<b>MLE, GOR, SO2</b>), SAŁATA LODOWA* 20g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CUKRU* 250ml,</p>  | <p>ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (<b>GLU, MLE, SEL</b>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC ZKURCZAKA PIECZONY* 80g, SOS JARZYNOWY* 100ml (<b>GLU, SEL</b>), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLEJEM* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g (<b>GLU</b>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml,</p>  | <p>CHLEB RAZOWY * 40g (<b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g (<b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<b>MLE</b>), SAŁATA MASŁOWA 10g, SAŁATKA Z RYŻU, BROKUŁ, WARZYW I WĘDLINY Z OLEJEM* 120g (<b>MLE, GOR</b>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 40g (<b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b>), JABŁKO 150g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BULKI 50G, M.EX, SAŁATA, SZYNKA DEBOWA 20G* 1Por (<b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b>),</p> |
| <p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2350.08 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9771.17 kJ; Białko ogółem: 93.19 g; Tłuszcz: 83.16 g; Węglowodany ogółem: 321.76 g; suma cukrów prostych: 47.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.39 g; Błonnik pokarmowy: 30.77 g; Sól: 7.48 g;</p>  |   |  |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny   |   |  |
|---|---|--|
| Śniadanie<br>II Śniadanie   | Obiad<br>Podwieczorek   | Kolacja<br>Posiłek nocny   |
| <b>czwartek 2024-04-04</b>  |   |  |
| <b>Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.</b>  |   |  |
| PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <i>MLE</i> ), PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g ( <i>MLE</i> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), JABŁKO PIECZONE* 150g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g,   | ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC ZKURCZĄKA PIECZONY* 80g, SOS JARZYNOWY* 100ml ( <i>GLU, SEL</i> ), DYNIA DUSZONA* 100g ( <i>GLU</i> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <i>GLU</i> ), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml,   | BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g ( <i>MLE</i> ), SAŁATKA Z RYŻU I WARZYW Z WĘDL Z OLEJEM* 120g ( <i>MLE, SEL, GOR</i> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 40g ( <i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <i>GLU, MLE</i> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2461.91 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10258.20 kJ; Białko ogółem: 111.46 g; Tłuszcz: 79.68 g; Węglowodany ogółem: 337.91 g; suma cukrów prostych: 77.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.13 g; Sól: 7.06 g;  |   |  |
| <b>czwartek 2024-04-04</b>  |   |  |
| <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA BEZ TŁ</b>   |   |  |
| PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g ( <i>MLE</i> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), SAŁATA LODOWA* 20g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, JABŁKO PIECZONE* 150g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ),   | ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC ZKURCZĄKA PIECZONY* 80g, SOS JARZYNOWY* 100ml ( <i>GLU, SEL</i> ), DYNIA DUSZONA* 100g ( <i>GLU</i> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <i>GLU</i> ), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml,   | BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 60g ( <i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), SAŁATKA Z RYŻU I WARZYW Z WĘDL Z OLEJEM* 120g ( <i>MLE, SEL, GOR</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <i>GLU, MLE</i> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2334.53 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9736.16 kJ; Białko ogółem: 113.53 g; Tłuszcz: 64.06 g; Węglowodany ogółem: 339.15 g; suma cukrów prostych: 77.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.26 g; Błonnik pokarmowy: 28.30 g; Sól: 7.49 g;   |   |  |
| <b>czwartek 2024-04-04</b>  |   |  |
| <b>Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ</b>   |   |  |
| PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <i>MLE</i> ), SCHAB GOTB/SOLI * 60g, SER BIAŁY KROJONY* 70g ( <i>MLE</i> ), HERBATA B/C UKRU* 250ml, POMIDOR B/SKÓRY 60g, JABŁKO PIECZONE* 150g,<br><b>II Śniadanie:</b><br>KISIEL B/C* 150ml,  | ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), DYNIA DUSZONA* 100g ( <i>GLU</i> ), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <i>GLU</i> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),  | BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g ( <i>MLE</i> ), SAŁATKA Z RYŻU I WARZYW Z WĘDL Z OLEJEM* 120g ( <i>MLE, SEL, GOR</i> ), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 40g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <i>GLU, MLE</i> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2470.46 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10296.24 kJ; Białko ogółem: 127.56 g; Tłuszcz: 81.65 g; Węglowodany ogółem: 318.84 g; suma cukrów prostych: 76.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.60 g; Błonnik pokarmowy: 26.34 g; Sól: 4.82 g;  |   |  |
| <b>czwartek 2024-04-04</b>  |   |  |
| <b>Dieta: BOGATOBIAŁKOWA</b>  |   |  |
| PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), CHLEB RAZOWY* 50g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g ( <i>MLE</i> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), SAŁATA LODOWA* 20g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), | ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC ZKURCZĄKA PIECZONY* 80g, SOS JARZYNOWY* 100ml ( <i>GLU, SEL</i> ), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLEJEM* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g ( <i>GLU</i> ), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml,<br><b>Podwieczorek:</b><br>KANAPKA Z CHLEBA RAZOWEGO, EX, SAŁ, POL SOP DR 20G* 1Por ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i> ), | CHLEB PSZENNO-ŻYTYNI* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g ( <i>MLE</i> ), SAŁATKA Z RYŻU, BROKUŁ, WARZYW I WĘDLIN Y Z OLEJEM* 120g ( <i>MLE, GOR</i> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 60g ( <i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, JABŁKO 150g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <i>GLU, MLE</i> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2720.16 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11335.50 kJ; Białko ogółem: 124.43 g; Tłuszcz: 92.24 g; Węglowodany ogółem: 362.59 g; suma cukrów prostych: 81.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.30 g; Błonnik pokarmowy: 31.28 g; Sól: 8.16 g;  |   |  |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny  |  |   |
|--|--|---|
| Śniadanie<br>II Śniadanie  | Obiad<br>Podwieczorek  | Kolacja<br>Posiłek nocny  |
| <b>czwartek 2024-04-04</b>   |  |   |
| <b>Dieta: DZIECIĘCA 1-3</b>  |  |   |
| PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 150ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 40g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 30g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), POMIDOR* 50g, JABŁKO PIECZONE* 100g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g,<br><b>II Śniadanie:</b><br>BUDYŃ B/C* 100ml ( <b>MLE</b> ),  | ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 150ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 75g ( <b>MLE</b> ), UDZIEC Z KURCZĄKA PIECZONY*/ 60g, SOS JARZYNOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), DYNIA DUSZONA* 80g ( <b>GLU</b> ), BURACZKI GOTOWANE* 80g, KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml,<br><b>Podwieczorek:</b><br>WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ), | BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO 82% 5g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 30g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), BROKUŁY GOTOWANE 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <b>GLU, MLE</b> ), JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1240.91 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 5218.15 kJ; Białko ogółem: 66.08 g; Tłuszcz: 39.00 g; Węglowodany ogółem: 163.72 g; suma cukrów prostych: 51.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.89 g; Błonnik pokarmowy: 16.31 g; Sól: 3.41 g;   |  |   |
| <b>czwartek 2024-04-04</b>   |  |   |
| <b>Dieta: DZIECIĘCA 4-9</b>  |  |   |
| PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 150ml ( <b>GLU, MLE</b> ), CHLEB RAZOWY * 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNĄ KAJZERKA 1szt ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 50g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 40g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), SAŁATA LODOWA* 20g, POMIDOR 60g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g,<br><b>II Śniadanie:</b><br>BUDYŃ B/C* 150ml ( <b>MLE</b> ),  | ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 200ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g, UDZIEC Z KURCZĄKA PIECZONY* 80g, SOS JARZYNOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLEJEM* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml,<br><b>Podwieczorek:</b><br>WAFLE RYŻOWE 15g/op. 15g,          | BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB RAZOWY * 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO 82% 5g ( <b>MLE</b> ), SAŁATKA Z RYŻU, BROKUŁ, WARZYW I WĘDLIN Y Z OLEJEM* 80g ( <b>MLE, GOR</b> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 40g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, JABŁKO 100g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <b>GLU, MLE</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1751.16 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7305.07 kJ; Białko ogółem: 86.27 g; Tłuszcz: 51.47 g; Węglowodany ogółem: 245.11 g; suma cukrów prostych: 61.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.65 g; Błonnik pokarmowy: 21.41 g; Sól: 5.18 g;   |  |   |
| <b>czwartek 2024-04-04</b>   |  |   |
| <b>Dieta: DZIECIĘCA 10-18</b>  |  |   |
| PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNĄ KAJZERKA 1szt ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), POMIDOR 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g,<br><b>II Śniadanie:</b><br>BUDYŃ B/C* 100ml ( <b>MLE</b> ), | ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC Z KURCZĄKA PIECZONY* 80g, SOS JARZYNOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLEJEM* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml,<br><b>Podwieczorek:</b><br>WAFLE RYŻOWE 15g/op. 15g,          | BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SAŁATKA Z RYŻU, BROKUŁA, WARZYW I WĘDLIN Y ZW* 120g ( <b>JAJ, MLE, GOR</b> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 60g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, JABŁKO 150g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <b>GLU, MLE</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2552.78 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10643.31 kJ; Białko ogółem: 118.05 g; Tłuszcz: 78.95 g; Węglowodany ogółem: 355.86 g; suma cukrów prostych: 84.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.49 g; Błonnik pokarmowy: 29.83 g; Sól: 7.56 g;   |  |   |
| <b>czwartek 2024-04-04</b>   |  |   |
| <b>Dieta: DZIECIĘCA POOPERACYJNA</b>   |  |   |
| PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 200ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), JABŁKO PIECZONE* 150g, BUKIET JARZYN GOTOWANY* 60g ( <b>SEL</b> ), HERBATA B/CUKRU* 250ml,<br><b>II Śniadanie:</b><br>BUDYŃ B/C* 150ml ( <b>MLE</b> ),   | ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 200ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC Z KURCZĄKA PIECZONY* 80g, DYNIA DUSZONA* 100g ( <b>GLU</b> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml,<br><b>Podwieczorek:</b><br>RYŻ Z JABŁKIEM* 100g ( <b>MLE</b> ),  | BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 120g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SAŁATKA Z RYŻU I WARZYW W WĘDL Z OLEJEM* 120g ( <b>MLE, SEL, GOR</b> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 60g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>SEREK NATURALNY HOM* 1szt ( <b>MLE</b> ), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <b>GLU, MLE</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2484.89 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10343.18 kJ; Białko ogółem: 115.52 g; Tłuszcz: 87.78 g; Węglowodany ogółem: 321.05 g; suma cukrów prostych: 73.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.30 g; Błonnik pokarmowy: 27.45 g; Sól: 7.92 g;   |  |   |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny  |   |   |
|--|---|---|
| Śniadanie<br>II Śniadanie  | Obiad<br>Podwieczorek   | Kolacja<br>Posiłek nocny  |
| <b>czwartek 2024-04-04</b>   |   |   |
| <b>Dieta: BIEGUNKOWA</b>   |   |   |
| KLEIK Z KASZY MANNY* 400g ( <b>GLU</b> ), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), POWIDŁA JABŁKOWE* 50g, SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), HERBATA B/CUKRU* 250ml,<br><b>II Śniadanie:</b><br>CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,  | ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml ( <b>MLE, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET DROBNIOWY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARCHEW GOTOWANA * 150g ( <b>MLE</b> ), HERBATA Z/C* 250ml,<br><b>Podwieczorek:</b><br>KISIEL* 150ml,   | BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO 82% 5g ( <b>MLE</b> ), RYŻ Z JABŁKIEM* 200g ( <b>MLE</b> ), SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), KLEIK Z KASZY MANNY* 400g ( <b>GLU</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>SUCHARY 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1692.94 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7140.06 kJ; Białko ogółem: 55.01 g; Tłuszcz: 35.81 g; Węglowodany ogółem: 296.60 g; suma cukrów prostych: 38.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.26 g; Błonnik pokarmowy: 32.70 g; Sól: 2.44 g;   |   |   |
| <b>czwartek 2024-04-04</b>   |   |   |
| <b>Dieta: BEZGLUTENOWA</b>   |   |   |
| MAKARON B/GLUTENOWY NA MLEKU* 350ml ( <b>JAJ, MLE</b> ), PIECZYWO B/GLUTENOWE* 100g ( <b>ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), SAŁATA LODOWA* 20g, POMIDOR 60g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g,<br><b>II Śniadanie:</b><br>KISIEL B/C* 150ml,   | ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml ( <b>MLE, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, UDZIEC ZKURCZAKA PIECZONY* 80g, SAŁATKA ZBURAKA I JABŁKA Z OLEJEM* 100g, DYNIA DUSZONA B/GLUTENU* 100g, SOS JARZYNOWY B/GLUTENOWY* 100ml ( <b>SEL</b> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml,<br><b>Podwieczorek:</b><br>KANAPKA Z PIECZ B/GLUTZ M, SAŁ, FILETEM KRÓLEWSKIM* 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), | PIECZYWO B/GLUTENOWE* 120g ( <b>ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g ( <b>MLE</b> ), SAŁATKA Z RYŻU, BROKUŁA, WARZYW I WĘDLIN Y ZW* 120g ( <b>JAJ, MLE, GOR</b> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 40g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, JABŁKO 150g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2417.29 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10039.24 kJ; Białko ogółem: 92.17 g; Tłuszcz: 85.22 g; Węglowodany ogółem: 326.89 g; suma cukrów prostych: 78.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.74 g; Błonnik pokarmowy: 27.07 g; Sól: 6.52 g;  |   |   |
| <b>czwartek 2024-04-04</b>   |   |   |
| <b>Dieta: PAPKOWATA</b>  |   |   |
| PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU MIX* 400ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), JABŁKO PIECZONE* 150g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>KISIEL B/C* 150ml, | ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN MIX* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS JARZYNOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <b>GLU</b> ), DYNIA DUSZONA* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml,<br><b>Podwieczorek:</b><br>SOK POMIDOROWY* 1szt,  | ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO 82% 10g ( <b>MLE</b> ), SAŁATKA Z RYŻU I WARZYW Z WĘDL Z OLEJEM* 120g ( <b>MLE, SEL, GOR</b> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA MIELONA* 40g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <b>GLU, MLE</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2388.51 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9944.69 kJ; Białko ogółem: 118.23 g; Tłuszcz: 77.30 g; Węglowodany ogółem: 320.56 g; suma cukrów prostych: 91.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.28 g; Błonnik pokarmowy: 33.28 g; Sól: 7.59 g;  |   |   |
| <b>czwartek 2024-04-04</b>   |   |   |
| <b>Dieta: PAPKOWATA CUKRZYCOWA</b>   |   |   |
| PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU MIX* 400ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g ( <b>MLE</b> ), JABŁKO PIECZONE* 150g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>KISIEL B/C* 150ml, | ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN MIX* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS JARZYNOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), DYNIA DUSZONA* 100g ( <b>GLU</b> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml,<br><b>Podwieczorek:</b><br>SOK POMIDOROWY* 1szt,  | ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO 82% 10g ( <b>MLE</b> ), SAŁATKA Z RYŻU I WARZYW Z WĘDL Z OLEJEM* 120g ( <b>MLE, SEL, GOR</b> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA MIELONA* 40g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <b>GLU, MLE</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2388.51 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9944.69 kJ; Białko ogółem: 118.23 g; Tłuszcz: 77.30 g; Węglowodany ogółem: 320.56 g; suma cukrów prostych: 91.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.28 g; Błonnik pokarmowy: 33.28 g; Sól: 7.59 g;  |   |   |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny  |   |   |
|--|---|---|
| Śniadanie<br>II Śniadanie  | Obiad<br>Podwieczorek   | Kolacja<br>Posiłek nocny  |
| <b>czwartek 2024-04-04</b>   |   |   |
| <b>Dieta: PAPPKOWATA BEZ MLEKA</b>   |   |   |
| PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZ MIX* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), PASTA JAJECZNA* 60g ( <b>JAJ, MLE</b> ), JABŁKO PIECZONE* 150g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml,<br><b>II Śniadanie:</b><br>KISIEL* 150ml , | ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN MIX* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , GALANTYNA DROB MIEL GOT* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS JARZYNOWY* 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), DYNIA DUSZONA* 100g ( <b>GLU</b> ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>SOK JABŁKOWY* 200ml , | ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO 82% 10g ( <b>MLE</b> ), SAŁATKA Z RYŻU I WARZYW Z WĘDL Z OLEJEM* 120g ( <b>MLE, SEL, GOR</b> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA MIELONA* 40g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>SOK POMIDOROWY* 1szt , PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <b>GLU, MLE</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2185.14 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9083.53 kJ; Białko ogółem: 91.29 g; Tłuszcz: 71.36 g; Węglowodany ogółem: 310.67 g; suma cukrów prostych: 81.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.46 g; Błonnik pokarmowy: 34.76 g; Sól: 7.06 g;   |   |   |
| <b>czwartek 2024-04-04</b>   |   |   |
| <b>Dieta: PŁYNNA</b>   |   |   |
| PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU PŁYNNYM* 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>KISIEL* 150ml ,  | PŁYNNA OB* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), SOK POMIDOROWY* 1szt , KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>BUDYŃ* 150ml ( <b>MLE</b> ),  | PŁYNNA KOL* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml ( <b>GLU</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2163.06 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9096.30 kJ; Białko ogółem: 106.59 g; Tłuszcz: 70.55 g; Węglowodany ogółem: 286.24 g; suma cukrów prostych: 84.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.20 g; Błonnik pokarmowy: 27.69 g; Sól: 4.43 g;  |   |   |
| <b>czwartek 2024-04-04</b>   |   |   |
| <b>Dieta: SONDA</b>  |   |   |
| SONDA MLECZNA* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>KISIEL* 150ml ,  | SONDA OB* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), SOK POMIDOROWY* 1szt , KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , DYNIA DUSZONA* 100g ( <b>GLU</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>BUDYŃ SONDA* 150ml ( <b>MLE</b> ),   | SONDA KOL* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml ( <b>GLU</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>SONDA PN* 200ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2622.04 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11005.18 kJ; Białko ogółem: 124.22 g; Tłuszcz: 97.49 g; Węglowodany ogółem: 323.71 g; suma cukrów prostych: 95.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.26 g; Błonnik pokarmowy: 34.92 g; Sól: 4.10 g;   |   |   |
| <b>czwartek 2024-04-04</b>   |   |   |
| <b>Dieta: SONDA BEZ MLEKA</b>  |   |   |
| SONDA B/ MLEKA ŚN* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml , GALARETKA OWOCOWA PŁYNNY* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>KISIEL SONDA* 150ml ,   | SONDA B/MLEKA OB* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), SOK POMIDOROWY* 1szt , KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , DYNIA DUSZONA* 100g ( <b>GLU</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>SOK JABŁKOWY* 200ml ,   | SONDA B/ML KOL* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml ( <b>GLU</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>SONDA B/ML PN* 200ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2391.65 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10044.61 kJ; Białko ogółem: 100.57 g; Tłuszcz: 76.51 g; Węglowodany ogółem: 340.91 g; suma cukrów prostych: 75.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.58 g; Błonnik pokarmowy: 43.36 g; Sól: 3.47 g;   |   |   |
| <b>czwartek 2024-04-04</b>   |   |   |
| <b>Dieta: KLEIKOWA</b>   |   |   |
| KLEIK ZKASZY MANNY* 400g ( <b>GLU</b> ), SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml ,   | KLEIK ZKASZY MANNY* 400g ( <b>GLU</b> ), SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), HERBATA Z/C* 250ml ,   | KLEIK ZKASZY MANNY* 400g ( <b>GLU</b> ), SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>KLEIK ZKASZY MANNY* 200g ( <b>GLU</b> ), SUCHARY 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 808.93 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 3422.91 kJ; Białko ogółem: 24.49 g; Tłuszcz: 9.57 g; Węglowodany ogółem: 155.97 g; suma cukrów prostych: 5.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.12 g; Błonnik pokarmowy: 19.19 g; Sól: 1.19 g;   |   |   |

Dietetyk

.....