

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-04-09		
Dieta: PODSTAWOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 15g,	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 400ml (GLU, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z PIERSI KURCZAKA W CIEŚCIE NALEŚN* 110g (GLU, JAJ, MLE), SURÓWKA Z KA PEK Z POM I KOPER WINEGRET* 100g (GOR), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, BURACZKI W GLAZURZE* 100g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), PASTA Z SOCZEWICY CZERWONEJ I WARZYW* 100g (GLU, SEL), OGÓREK KISZONY* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/UCUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2537.49 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10656.34 kJ; Białko ogółem: 100.40 g; Tłuszcz: 83.88 g; Węglowodany ogółem: 358.04 g; suma cukrów prostych: 66.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.63 g; Błonnik pokarmowy: 28.88 g; Sól: 7.60 g;		
wtorek 2024-04-09		
Dieta: PODSTAWOWA BEZ MLEKA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZ* 350ml (GLU, MLE, SEL), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 15g, HERBATA ZC* 250ml,	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ B/MLEKA* 400ml (GLU, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z PIERSI KURCZAKA W CIEŚCIE NALEŚN B/ML* 100g (GLU, JAJ), SURÓWKA Z KA PEK Z POM I KOPER WINEGRET* 100g (GOR), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), PASTA Z SOCZEWICY CZERWONEJ I WARZYW* 100g (GLU, SEL), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), OGÓREK KISZONY* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/UCUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), SOK POMIDOROWY* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2347.43 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9854.56 kJ; Białko ogółem: 85.93 g; Tłuszcz: 74.09 g; Węglowodany ogółem: 349.23 g; suma cukrów prostych: 50.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.19 g; Błonnik pokarmowy: 33.81 g; Sól: 8.15 g;		
wtorek 2024-04-09		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 15g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR),	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 400ml (GLU, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS BAZYLIOWY* 100g (GLU, SEL), SURÓWKA Z KA PEK Z POM I KOPER WINEGRET* 100g (GOR), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, BURACZKI W GLAZURZE* 100g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), PASTA DROBOWO-WARZYWNA* 100g (SEL, GOR), BROKUŁY GOTOWANE 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/UCUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2245.85 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9448.33 kJ; Białko ogółem: 106.08 g; Tłuszcz: 61.67 g; Węglowodany ogółem: 329.85 g; suma cukrów prostych: 70.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.55 g; Błonnik pokarmowy: 29.40 g; Sól: 6.66 g;		
wtorek 2024-04-09		
Dieta: ŁATWOSTR. BEZ MLEKA		
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), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA ZC* 250ml, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 15g,	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ B/MLEKA* 400ml (GLU, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS BAZYLIOWY* 100g (GLU, SEL), SURÓWKA Z KA PEK Z POM I KOPER WINEGRET* 100g (GOR), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM ZC* 250g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), PASTA DROBOWO-WARZYWNA* 100g (SEL, GOR), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), BROKUŁY GOTOWANE 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ ZC* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), SOK POMIDOROWY* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2136.35 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8985.78 kJ; Białko ogółem: 94.38 g; Tłuszcz: 54.46 g; Węglowodany ogółem: 332.58 g; suma cukrów prostych: 64.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.52 g; Błonnik pokarmowy: 34.35 g; Sól: 7.24 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-04-09		
Dieta: ŁATWOSTR. POŁOŻNICZA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), KIEŁBASA SZYŃKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt , MASŁO EXTRA 82% 20g (<i>MLE</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , POMIDOR B/SKÓRY 60g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: GALARETKA MLECZNA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),	ZUPA JARZYNOWA Z ZACIERKĄ* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), BURACZKI W GLAZURZE* 100g , SOS BAZYLIOUY* 100g (<i>GLU, SEL</i>), KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g , JABŁKO PIECZONE* 150g ,	BUŁKA PSZENNNA KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 20g (<i>MLE</i>), PASTA DROBIOWO-WARZYNNA* 100g (<i>SEL, GOR</i>), BROKUŁY GOTOWANE B/ŁODYGI 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2526.40 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10633.64 kJ; Białko ogółem: 110.31 g; Tłuszcz: 74.02 g; Węglowodany ogółem: 368.49 g; suma cukrów prostych: 89.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.29 g; Błonnik pokarmowy: 30.12 g; Sól: 6.82 g;		
wtorek 2024-04-09		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYŃKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , MIX SAŁAT* 15g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: JABŁKO 150g ,	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS BAZYLIOUY* 100g (<i>GLU, SEL</i>), SURÓWKA Z KA PEK Z POM I KOPER WINEGRET* 100g (<i>GOR</i>), BURACZKI W GLAZURZE* 100g , KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g , Podwieczorek: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 15g (<i>MLE</i>), PASTA Z SOCZEWICY CZERWONEJ I WARZYN* 100g (<i>GLU, SEL</i>), OGÓREK KISZONY* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: CHLEB RAZOWY * 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), SZYŃKA Z INDYKA PRASOWANA* 20g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2500.65 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10515.91 kJ; Białko ogółem: 119.81 g; Tłuszcz: 69.77 g; Węglowodany ogółem: 365.23 g; suma cukrów prostych: 87.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.34 g; Błonnik pokarmowy: 36.56 g; Sól: 8.54 g;		
wtorek 2024-04-09		
Dieta: Z OGR.Ł/PRZYSW.WĘGL.B/S		
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>), SCHAB GOT B/SOLI* 50g , TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g , MIX SAŁAT* 15g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: JABŁKO 150g ,	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ B/SOLI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SURÓWKA Z KA PEK Z POM I KOPER WINEGRET* 100g (<i>GOR</i>), KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g , SOS BAZYLIOUY* 100g (<i>GLU, SEL</i>), BURACZKI W GLAZURZE* 100g , Podwieczorek: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),	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% # 15g (<i>MLE</i>), PASTA DROBIOWO-WARZYNNA B/SOLI* 100g (<i>SEL, GOR</i>), BROKUŁY GOTOWANE 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2370.04 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9963.92 kJ; Białko ogółem: 135.46 g; Tłuszcz: 70.33 g; Węglowodany ogółem: 313.99 g; suma cukrów prostych: 96.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.60 g; Błonnik pokarmowy: 32.51 g; Sól: 5.00 g;		
wtorek 2024-04-09		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL. 1500		
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>), KIEŁBASA SZYŃKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), TWAROŻEK* 50g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g , MIX SAŁAT* 15g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: JABŁKO 100g ,	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 150ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), BURACZKI W GLAZURZE* 100g , SURÓWKA Z KA PEK Z POM I KOPER WINEGRET* 100g (<i>GOR</i>), KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g , Podwieczorek: BUDYŃ B/C* 100ml (<i>MLE</i>),	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>), PASTA Z SOCZEWICY CZERWONEJ I WARZYN* 100g (<i>GLU, SEL</i>), OGÓREK KISZONY* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1562.42 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6566.88 kJ; Białko ogółem: 89.58 g; Tłuszcz: 39.43 g; Węglowodany ogółem: 223.00 g; suma cukrów prostych: 63.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.85 g; Błonnik pokarmowy: 24.36 g; Sól: 6.00 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-04-09		
Dieta: Z OGR ŁATW PRZYŚW WĘGL1500B/ML		
PLĄTKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZ * 150ml (GLU, MLE, SEL), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA * 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), POWIDŁA JABŁKOWE* 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 15g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: KANAPKA Z CHL. RAZ 30G, M. EX, SZYNKA DĘB DR 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ),	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ B/MLEKA* 150ml (GLU, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SURÓWKA Z KAPEK ZPOM I KOPER WINEGRE* 100g (GOR), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: JABŁKO 100g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 20g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 5g (MLE), PASTA Z SOCZEWICY CZERWONEJ I WARZYW* 100g (GLU, SEL), OGÓREK KISZONY* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNA B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1523.95 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6399.34 kJ; Białko ogółem: 75.97 g; Tłuszcz: 36.58 g; Węglowodany ogółem: 236.57 g; suma cukrów prostych: 57.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.29 g; Błonnik pokarmowy: 31.10 g; Sól: 7.52 g;		
wtorek 2024-04-09		
Dieta: Z OGR ŁATW PRZYŚW WĘGL. B/ML		
PLĄTKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZ* 350ml (GLU, MLE, SEL), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), POWIDŁA JABŁKOWE* 70g, MIX SAŁAT* 15g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: KANAPKA Z CHL. RAZ 30G, M. EX, SZYNKA DĘB DR 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ),	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ B/MLEKA* 400ml (GLU, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS BAZYLIOWY* 100g (GLU, SEL), SURÓWKA Z KAPEK ZPOM I KOPER WINEGRE* 100g (GOR), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: JABŁKO 150g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 15g (MLE), PASTA Z SOCZEWICY CZERWONEJ I WARZYW* 100g (GLU, SEL), OGÓREK KISZONY* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNA B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2197.97 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9229.56 kJ; Białko ogółem: 91.31 g; Tłuszcz: 57.98 g; Węglowodany ogółem: 347.10 g; suma cukrów prostych: 71.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.83 g; Błonnik pokarmowy: 43.04 g; Sól: 9.12 g;		
wtorek 2024-04-09		
Dieta: Z OGR ŁATW PRZYŚW WĘGLNISKOTŁ		
PLĄTKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), TWAROŻEK* 70g (MLE), POWIDŁA JABŁKOWE* 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 100g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: CHRUPKI KUKURYDZ* 20g,	ZUPA JARZYNOWA Z ZACIERKĄ* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS BAZYLIOWY* 100g (GLU, SEL), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, JABŁKO PIECZONE* 150g, KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 30G, M.R., FILETA KRÓL. 30G, SAŁATY 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 100g (SEL, GOR), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 10g (MLE), BROKUŁY GOTOWANE BŁODYGI 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNA B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2445.85 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10290.93 kJ; Białko ogółem: 125.47 g; Tłuszcz: 64.53 g; Węglowodany ogółem: 358.60 g; suma cukrów prostych: 95.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.46 g; Błonnik pokarmowy: 38.85 g; Sól: 7.34 g;		
wtorek 2024-04-09		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
PLĄTKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR),	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 400ml (GLU, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SURÓWKA Z KAPEK ZPOM I KOPER WINEGRE* 100g (GOR), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, SOS BAZYLIOWY* 100g (GLU, SEL), BURACZKI W GLAZURZE* 100g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 15g (MLE), PASTA Z SOCZEWICY CZERWONEJ I WARZYW* 100g (GLU, SEL), BROKUŁY GOTOWANE 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNA B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2367.33 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9963.36 kJ; Białko ogółem: 104.54 g; Tłuszcz: 62.88 g; Węglowodany ogółem: 359.36 g; suma cukrów prostych: 69.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.02 g; Błonnik pokarmowy: 29.98 g; Sól: 6.16 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-04-09 Dieta: O KONT.ZAW.KW.TŁ B/M		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZ* 350ml (GLU, MLE, SEL), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA Z/C* 250ml, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 15g,	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ B/MLEKA* 400ml (GLU, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS BAZYLIOWY* 100g (GLU, SEL), SURÓWKA Z KAPEK Z POMI I KOPER WINEGRET* 100g (GOR), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g,	CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), PASTA Z SOCZEWICY CZERWONEJ I WARZYW* 100g (GLU, SEL), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 100g (SEL, GOR), BROKUŁY GOTOWANE 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), SOK POMIDOROWY* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2306.65 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9702.37 kJ; Białko ogółem: 100.96 g; Tłuszcz: 59.73 g; Węglowodany ogółem: 358.52 g; suma cukrów prostych: 58.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.63 g; Błonnik pokarmowy: 37.78 g; Sól: 7.30 g;		
wtorek 2024-04-09 Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, BUKIET JARZYN GOTOWANY* 60g (SEL), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR),	ZUPA JARZYNOWA Z ZACIERKĄ* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, SOS BAZYLIOWY* 100g (GLU, SEL), JABŁKO PIECZONE* 150g,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (MLE), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 100g (SEL, GOR), BROKUŁY GOTOWANE B/ŁODYGI 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2359.15 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9940.74 kJ; Białko ogółem: 108.05 g; Tłuszcz: 57.85 g; Węglowodany ogółem: 366.84 g; suma cukrów prostych: 89.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.82 g; Błonnik pokarmowy: 32.96 g; Sól: 7.05 g;		
wtorek 2024-04-09 Dieta: ŁATWOSTRAWNA BEZ TŁ		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), BUKIET JARZYN GOTOWANY* 60g (SEL), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g,	ZUPA JARZYNOWA Z ZACIERKĄ* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS BAZYLIOWY* 100g (GLU, SEL), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, JABŁKO PIECZONE* 150g, KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 100g (SEL, GOR), BROKUŁY GOTOWANE B/ŁODYGI 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2212.05 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9335.94 kJ; Białko ogółem: 107.95 g; Tłuszcz: 41.60 g; Węglowodany ogółem: 366.73 g; suma cukrów prostych: 89.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.23 g; Błonnik pokarmowy: 32.96 g; Sól: 7.02 g;		
wtorek 2024-04-09 Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SCHAB GOT B/SOLI* 50g, TWAROŻEK* 70g (MLE), BUKIET JARZYN GOTOWANY* 60g (SEL), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: CHRUPKI KUKURYDZ* 20g,	ZUPA JARZYNOWA Z ZACIERKĄ* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS BAZYLIOWY* 100g (GLU, SEL), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, JABŁKO PIECZONE* 150g, KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (MLE), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 100g (SEL, GOR), BROKUŁY GOTOWANE B/ŁODYGI 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2371.05 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9982.27 kJ; Białko ogółem: 125.11 g; Tłuszcz: 66.88 g; Węglowodany ogółem: 333.46 g; suma cukrów prostych: 90.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.48 g; Błonnik pokarmowy: 34.12 g; Sól: 5.31 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-04-09		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
<p>PLĄTKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), KIELBASA SZYNKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: JABŁKO PIECZONE Z SEREM* 150g (<i>MLE</i>),</p>	<p>ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS BAZYLIOWY* 100g (<i>GLU, SEL</i>), SURÓWKA Z KAPEK Z POM I KOPER WINEGRET* 100g (<i>GOR</i>), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),</p>	<p>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% t 15g (<i>MLE</i>), PASTA DROBOWO-WARZYWNA* 100g (<i>SEL, GOR</i>), BROKUŁY GOTOWANE 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2399.40 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10090.73 kJ; Białko ogółem: 126.48 g; Tłuszcz: 68.63 g; Węglowodany ogółem: 332.56 g; suma cukrów prostych: 98.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.64 g; Błonnik pokarmowy: 30.24 g; Sól: 6.94 g;</p>		
wtorek 2024-04-09		
Dieta: DZIECIĘCA 1-3		
<p>PLĄTKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 150ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), KIELBASA SZYNKOWA WP* 30g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), TWAROŻEK* 40g (<i>MLE</i>), POMIDOR B/SKÓRY 60g, BUKIET JARZYN GOTOWANY* 60g (<i>SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: KANAPKA Z BUŁKI 20G, MEX I SZYNKĄ DĘBOWĄ 10G* 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),</p>	<p>ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 150ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 75g (<i>MLE</i>), PULPET DROBOWY GOTOWANY* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI W GLAZURZE* 80g, JABŁKO PIECZONE* 100g, KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: BISZKOPTY B/CIUKRU* 15g (<i>GLU, JAJ, ORZ</i>),</p>	<p>BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), PASTA DROBOWO-WARZYWNA* 50g (<i>SEL, GOR</i>), BROKUŁY GOTOWANE 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1260.99 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 5307.60 kJ; Białko ogółem: 63.06 g; Tłuszcz: 35.95 g; Węglowodany ogółem: 180.95 g; suma cukrów prostych: 63.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.89 g; Błonnik pokarmowy: 20.91 g; Sól: 4.11 g;</p>		
wtorek 2024-04-09		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
<p>PLĄTKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 150ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, KIELBASA SZYNKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: JABŁKO 100g,</p>	<p>ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 200ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS BAZYLIOWY* 100g (<i>GLU, SEL</i>), SURÓWKA Z KAPEK Z POM I KOPER WINEGRET* 100g (<i>GOR</i>), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: BUDYŃ B/C* 100ml (<i>MLE</i>),</p>	<p>BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), PASTA DROBOWO-WARZYWNA* 80g (<i>SEL, GOR</i>), BROKUŁY GOTOWANE 80g, SAŁATA MASŁOWA* 5g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1740.76 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7331.97 kJ; Białko ogółem: 88.94 g; Tłuszcz: 39.52 g; Węglowodany ogółem: 267.54 g; suma cukrów prostych: 73.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.65 g; Błonnik pokarmowy: 22.81 g; Sól: 5.31 g;</p>		
wtorek 2024-04-09		
Dieta: DZIECIĘCA 10-18		
<p>PLĄTKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), KIELBASA SZYNKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 15g, II Śniadanie: JABŁKO 150g,</p>	<p>ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SURÓWKA Z KAPEK Z POM I KOPER WINEGRET* 100g (<i>GOR</i>), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, SOS BAZYLIOWY* 100g (<i>GLU, SEL</i>), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, Podwieczorek: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),</p>	<p>BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PASTA DROBOWO-WARZYWNA* 100g (<i>SEL, GOR</i>), BROKUŁY GOTOWANE 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2455.90 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10336.13 kJ; Białko ogółem: 110.83 g; Tłuszcz: 65.49 g; Węglowodany ogółem: 369.32 g; suma cukrów prostych: 96.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.41 g; Błonnik pokarmowy: 29.94 g; Sól: 6.79 g;</p>		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-04-09 Dieta: DZIECIĘCA POOPERACYJNA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 200ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, BUKIET JARZYN GOTOWANY* 60g (SEL), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE),	ZUPA JARZYNOWA Z ZACIERKA* 200ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, SOS BAZYLIOWY* 100g (GLU, SEL), JABŁKO PIECZONE* 150g, KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: BISZKOPTY B/CIUKRU* 20g (GLU, JAJ, ORZ),	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 100g (SEL, GOR), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO 82% 5g (MLE), SER BIAŁY KROJONY * 30g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2502.34 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10528.50 kJ; Białko ogółem: 110.21 g; Tłuszcz: 74.90 g; Węglowodany ogółem: 360.87 g; suma cukrów prostych: 84.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.80 g; Błonnik pokarmowy: 29.81 g; Sól: 7.74 g;		
wtorek 2024-04-09 Dieta: BIEGUNKOWA		
KLEIK Z KASZY MANNY* 400g (GLU), BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), POWIDŁA JABŁKOWE* 70g, HERBATA Z/C* 250ml, SUCHARY* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), II Śniadanie: KISIEL* 150ml,	ZUPA RYŻOWA* 400ml (MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARCHEW GOTOWANA * 150g (MLE), HERBATA Z/C* 250ml, Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), RYŻ Z JABŁKIEM* 200g (MLE), SUCHARY* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), KLEIK Z KASZY MANNY* 400g (GLU), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KISIEL B/C* 150ml, SUCHARY* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1789.71 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7544.36 kJ; Białko ogółem: 55.40 g; Tłuszcz: 40.21 g; Węglowodany ogółem: 311.09 g; suma cukrów prostych: 50.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.68 g; Błonnik pokarmowy: 33.95 g; Sól: 2.43 g;		
wtorek 2024-04-09 Dieta: BEZGLUTENOWA		
RYŻNA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 15g, HERBATA Z/C* 250ml, II Śniadanie: JABŁKO 150g,	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM B/ GLUT* 400ml (JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS JARZYNOWY B/ GLUTENOWY* 100ml (SEL), SURÓWKA ZKA PEK Z POM I KOPER WNEGRET* 100g (GOR), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 15g (MLE), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 100g (SEL, GOR), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, BROKUŁY GOTOWANE 80g, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2369.93 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9951.14 kJ; Białko ogółem: 89.43 g; Tłuszcz: 66.82 g; Węglowodany ogółem: 360.07 g; suma cukrów prostych: 100.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.83 g; Błonnik pokarmowy: 27.95 g; Sól: 6.07 g;		
wtorek 2024-04-09 Dieta: PAPKOWATA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), KIEŁBASA SZYMKOWA WP MIELONA* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g, BUKIET JARZYN GOTOWANY* 60g (SEL), POMIDOR B/SKÓRY 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: CHRUPKI KUKURYDZ* 20g,	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKA* 400ml (GLU, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS BAZYLIOWY* 100g (GLU, SEL), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, JABŁKO PIECZONE* 150g, KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 100g (SEL, GOR), ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, BROKUŁY PUREE * 80g, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2324.28 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9792.87 kJ; Białko ogółem: 112.26 g; Tłuszcz: 58.91 g; Węglowodany ogółem: 351.68 g; suma cukrów prostych: 92.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.47 g; Błonnik pokarmowy: 33.52 g; Sól: 6.86 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-04-09 Dieta: PAPPKOWATA CUKRZYCOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU MIX* 400ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP MIELONA* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, BUKIET JARZYN GOTOWANY* 60g (<i>SEL</i>), POMIDOR B/SKÓRY 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: CHRUPKI KUKURYDZ* 20g,	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS BAZYLIOWY* 100g (<i>GLU, SEL</i>), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, JABŁKO PIECZONE* 150g, KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: SOK POMIDOROWY* 1szt,	MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 100g (<i>SEL, GOR</i>), ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BROKUŁY PUREE * 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2144.53 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9024.77 kJ; Białko ogółem: 122.20 g; Tłuszcz: 60.46 g; Węglowodany ogółem: 294.53 g; suma cukrów prostych: 100.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.94 g; Błonnik pokarmowy: 35.92 g; Sól: 7.87 g;		
wtorek 2024-04-09 Dieta: PAPPKOWATA BEZ MLEKA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA WYWARZE JARZ MIX* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, KIEŁBASA SZYNKOWA WP MIELONA* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BUKIET JARZYN GOTOWANY* 60g (<i>SEL</i>), POMIDOR B/SKÓRY 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA Z/C* 250ml, II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>),	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ B/MLEKA* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, SOS BAZYLIOWY* 100g (<i>GLU, SEL</i>), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, JABŁKO PIECZONE* 150g, Podwieczorek: SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/CUK* 1szt,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 100g (<i>SEL, GOR</i>), ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, BROKUŁY PUREE * 80g, Posiłek nocny: KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (<i>GLU</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2125.93 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8953.67 kJ; Białko ogółem: 90.56 g; Tłuszcz: 48.54 g; Węglowodany ogółem: 348.06 g; suma cukrów prostych: 89.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.15 g; Błonnik pokarmowy: 34.69 g; Sól: 5.99 g;		
wtorek 2024-04-09 Dieta: PLYNNA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU PLYNNA* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: KISIEL* 150ml, JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	PLYNNA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, SOK JABŁKOWY* 200ml, Podwieczorek: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),	PLYNNA KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (<i>GLU</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2214.06 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9315.10 kJ; Białko ogółem: 103.92 g; Tłuszcz: 70.13 g; Węglowodany ogółem: 301.81 g; suma cukrów prostych: 103.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.27 g; Błonnik pokarmowy: 25.79 g; Sól: 3.21 g;		
wtorek 2024-04-09 Dieta: SONDA		
SONDA MLECZNA* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), KISIEL* 150ml, II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	SONDA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), SOK JABŁKOWY* 200ml, KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),	SONDA KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (<i>GLU</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2444.78 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10270.53 kJ; Białko ogółem: 115.59 g; Tłuszcz: 86.35 g; Węglowodany ogółem: 309.65 g; suma cukrów prostych: 112.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.35 g; Błonnik pokarmowy: 26.45 g; Sól: 2.75 g;		
wtorek 2024-04-09 Dieta: SONDA BEZ MLEKA		
SONDA B/ MLEKA ŚN* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), HERBATA Z/C* 250ml, SOK JABŁKOWY* 200ml, II Śniadanie: KISIEL* 150ml,	GALARETKA OWOCOWA PLYNNA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>), SONDA B/MLEKA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g, Podwieczorek: SOK WARZYWNO-OWOCOWY* 1szt,	SONDA B/ML KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (<i>GLU</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2200.66 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9246.23 kJ; Białko ogółem: 89.00 g; Tłuszcz: 65.32 g; Węglowodany ogółem: 327.78 g; suma cukrów prostych: 95.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.60 g; Błonnik pokarmowy: 37.51 g; Sól: 3.20 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-04-09		
Dieta: KLEIKOWA		
KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (GLU), SUCHARY* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), HERBATA ZC* 250ml ,	KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (GLU), SUCHARY* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), HERBATA ZC* 250ml ,	KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (GLU), SUCHARY* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KLEIK ZKASZY MANNY* 200g (GLU), SUCHARY 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 828.88 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 3507.76 kJ; Białko ogółem: 24.49 g; Tłuszcz: 9.57 g; Węglowodany ogółem: 160.96 g; suma cukrów prostych: 10.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.12 g; Błonnik pokarmowy: 19.19 g; Sól: 1.19 g;		
wtorek 2024-04-09		
Dieta: WEGETARIAŃSKA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , MIÓD JEDN 25g/op. 2szt , TWAROŻEK*/ 100g (MLE), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), MIX SAŁAT* 15g , II Śniadanie: JABŁKO 150g ,	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 400ml (GLU, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE ZKOPERKIEM* 150g , GULASZ Z KOSTKI SOJOWEJ Z WARZYWAMI* 180g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, SURÓWKA Z KA PEK Z POM I KOPER WINEGRET* 100g (GOR), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g , Podwieczorek: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU, PSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), PASTA Z SOCZEWICY CZERWONEJ I WARZYW* 100g (GLU, SEL), SAŁATA MASŁOWA 10g , BROKUŁY GOTOWANE 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2513.70 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10571.33 kJ; Białko ogółem: 94.72 g; Tłuszcz: 70.17 g; Węglowodany ogółem: 392.15 g; suma cukrów prostych: 98.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.14 g; Błonnik pokarmowy: 35.00 g; Sól: 4.60 g;		

Dietetyk

.....