

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-02-25		
Dieta: PODSTAWOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROB ANI 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA Z/C* 250ml , POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g ,	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , FILET Z KURCZAKA PANIEROWANY* 110g (<i>GLU, JAJ, SOJ, ORZ</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), MANDARYNKA 100g , KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA* 250g ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2275.18 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9212.61 kJ; Białko ogółem: 96.59 g; Tłuszcz: 69.50 g; Węglowodany ogółem: 328.94 g; suma cukrów prostych: 79.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.27 g; Błonnik pokarmowy: 28.02 g; Sól: 5.55 g;		
niedziela 2024-02-25		
Dieta: PODSTAWOWA BEZ MLEKA		
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350ml (<i>MLE, SEL</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROB ANI 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), HERBATA Z/C* 250ml , JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , JABŁKO 150g , POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g ,	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM B/ML* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , FILET Z KURCZAKA PANIEROWANY* 110g (<i>GLU, JAJ, SOJ, ORZ</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA* 250g , MANDARYNKA 100g ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , Posiłek nocny: KANAPKA Z BULKI50G, M.EX, SAŁATA, SZYNKA DEBOWA20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2291.28 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9267.06 kJ; Białko ogółem: 85.50 g; Tłuszcz: 73.56 g; Węglowodany ogółem: 337.71 g; suma cukrów prostych: 67.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.90 g; Błonnik pokarmowy: 33.48 g; Sól: 6.28 g;		
niedziela 2024-02-25		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g , BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROB ANI 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), HERBATA Z/C* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g ,	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS MAJERANKOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA* 250g , MANDARYNKA 100g ,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g , MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2102.42 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8497.41 kJ; Białko ogółem: 104.03 g; Tłuszcz: 54.60 g; Węglowodany ogółem: 311.58 g; suma cukrów prostych: 81.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.85 g; Błonnik pokarmowy: 28.23 g; Sól: 5.28 g;		
niedziela 2024-02-25		
Dieta: ŁATWOSTR. BEZ MLEKA		
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350ml (<i>MLE, SEL</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROB ANI 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , JABŁKO 150g , HERBATA Z/C* 250ml ,	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM B/ML* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS MAJERANKOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA* 250g , MANDARYNKA 100g ,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , Posiłek nocny: KANAPKA Z BULKI50G, M.EX, SAŁATA, SZYNKA DEBOWA20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2136.92 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8633.46 kJ; Białko ogółem: 91.91 g; Tłuszcz: 58.49 g; Węglowodany ogółem: 325.23 g; suma cukrów prostych: 69.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.45 g; Błonnik pokarmowy: 31.21 g; Sól: 6.00 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-02-25		
Dieta: ŁATWOSTR. POŁOŹNICA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 20g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROB ANI 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOLAMI* 60g, POMIDOR 60g, HERBATA Z/C* 250ml, II Śniadanie: JOGURTNATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA JARZYNOWA ZMAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SZPINAK GOTOWANY* 150g (<i>GLU</i>), SOS MAJERANKOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ. I JABŁKA* 250g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 20g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, HERBATA Z/C* 250ml, Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2319.34 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9399.29 kJ; Białko ogółem: 109.23 g; Tłuszcz: 71.00 g; Węglowodany ogółem: 322.34 g; suma cukrów prostych: 92.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.55 g; Błonnik pokarmowy: 25.72 g; Sól: 5.54 g;		
niedziela 2024-02-25		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROB ANI 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, POMIDOR 60g, RZODKIEWKA 20g, II Śniadanie: JOGURTNATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), SOS MAJERANKOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), MANDARYNKA 100g, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ. I JABŁKA B/C* 250g, Podwieczorek: CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G, M.EX, SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2270.69 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9202.22 kJ; Białko ogółem: 112.74 g; Tłuszcz: 59.91 g; Węglowodany ogółem: 333.75 g; suma cukrów prostych: 63.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.61 g; Błonnik pokarmowy: 30.11 g; Sól: 6.65 g;		
niedziela 2024-02-25		
Dieta: Z OGR.Ł/PRZYSW.WĘGL.B/S		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA WP GOTB/SOLI* 30g, TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), HERBATA B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, RZODKIEWKA 20g, II Śniadanie: JOGURTNATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), SOS MAJERANKOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ. I JABŁKA B/C* 250g, MANDARYNKA 100g, Podwieczorek: CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, SCHAB GOT B/SOLI* 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2288.99 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9286.14 kJ; Białko ogółem: 129.43 g; Tłuszcz: 61.17 g; Węglowodany ogółem: 318.00 g; suma cukrów prostych: 73.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.79 g; Błonnik pokarmowy: 27.94 g; Sól: 4.04 g;		
niedziela 2024-02-25		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL. 1500		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 200ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROB ANI 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), HERBATA B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g, RZODKIEWKA 20g, II Śniadanie: JOGURTNATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM* 200ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), SOS MAJERANKOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), MANDARYNKA 100g, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ. I JABŁKA B/C* 250g, Podwieczorek: CIASTO DROŻDŻOWE* 20g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 20g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 5g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ40G, M.EX, SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, GOR, SEZ, SO2</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1528.43 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6156.02 kJ; Białko ogółem: 90.55 g; Tłuszcz: 33.12 g; Węglowodany ogółem: 227.77 g; suma cukrów prostych: 49.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.01 g; Błonnik pokarmowy: 24.15 g; Sól: 4.63 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-02-25		
Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL1500B/ML		
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 200ml (MLE, SEL), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), SZYNKA DROB ANI 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), POMIDOR 60g, RZODKIEWKA 20g, II Śniadanie: JABŁKO 150g,	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM* 200ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (MLE), SOS MAJERANKOWY* 100ml (GLU, SEL), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA B/C* 250g, MANDARYNKA 100g, Podwieczorek: CIASTO DROŻDŻOWE* 20g (GLU, JAJ, MLE),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 20g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ40G, M.EX, SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1492.93 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 5988.46 kJ; Białko ogółem: 74.94 g; Tłuszcz: 40.76 g; Węglowodany ogółem: 218.71 g; suma cukrów prostych: 48.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.29 g; Błonnik pokarmowy: 27.38 g; Sól: 4.43 g;		
niedziela 2024-02-25		
Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL. B/ML		
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350ml (MLE, SEL), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), SZYNKA DROB ANI 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, POMIDOR 60g, RZODKIEWKA 20g, II Śniadanie: JABŁKO 150g,	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM B/ML* 400ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (MLE), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA B/C* 250g, SOS MAJERANKOWY* 100ml (GLU, SEL), MANDARYNKA 100g, Podwieczorek: CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (GLU, JAJ, MLE),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ40G, M.EX, SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2101.03 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8477.15 kJ; Białko ogółem: 92.54 g; Tłuszcz: 55.60 g; Węglowodany ogółem: 323.08 g; suma cukrów prostych: 55.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.87 g; Błonnik pokarmowy: 34.48 g; Sól: 6.22 g;		
niedziela 2024-02-25		
Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGLNISKOTŁ		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKA DROB ANI 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), TWAROŻEK* 70g (MLE), POWIDŁA JABŁKOWE* 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, CIUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA JARZYNOWA ZMAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SZPINAK GOTOWANY* 150g (GLU), SOS MAJERANKOWY* 100ml (GLU, SEL), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA B/C* 250g, JABŁKO PIECZONE* 150g, Podwieczorek: CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (GLU, JAJ, MLE),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), MARCHEW KARB GOTZ ZIOŁ* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2195.31 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8884.50 kJ; Białko ogółem: 110.89 g; Tłuszcz: 52.18 g; Węglowodany ogółem: 334.38 g; suma cukrów prostych: 84.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.24 g; Błonnik pokarmowy: 31.23 g; Sól: 5.89 g;		
niedziela 2024-02-25		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA DROB ANI 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g, TWAROŻEK* 70g (MLE), HERBATA Z/C* 250ml, POMIDOR 60g, RZODKIEWKA 20g,	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (MLE), SOS MAJERANKOWY* 100ml (GLU, SEL), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA* 250g, MANDARYNKA 100g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ ZC * 250ml, Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2082.72 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8417.51 kJ; Białko ogółem: 102.22 g; Tłuszcz: 54.18 g; Węglowodany ogółem: 308.45 g; suma cukrów prostych: 81.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.77 g; Błonnik pokarmowy: 25.42 g; Sól: 5.28 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-02-25		
Dieta: O KONT.ZAW.KW.TŁ B/M		
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350ml (MLE, SEL), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA DROB ANI 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g, MIÓD 50g, HERBATA Z/C* 250ml, POMIDOR 60g, RZODKIEWKA 20g,	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM B/ML* 400ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS MAJERANKOWY* 100ml (GLU, SEL), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (MLE), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA* 250g, MANDARYNKA 100g,	CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), POMIDOR 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, Posiłek nocny: KISIEL B/C* 150ml, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1967.05 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7935.20 kJ; Białko ogółem: 75.74 g; Tłuszcz: 44.55 g; Węglowodany ogółem: 327.42 g; suma cukrów prostych: 56.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.17 g; Błonnik pokarmowy: 25.95 g; Sól: 4.62 g;		
niedziela 2024-02-25		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKA DROB ANI 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), TWAROŻEK* 70g (MLE), HERBATA Z/C* 250ml, POMIDOR B/SKÓRY 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g,	ZUPA JARZYNOWA ZMAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS MAJERANKOWY* 100ml (GLU, SEL), SZPINAK GOTOWANY* 150g (GLU), JABŁKO PIECZONE* 150g, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA* 250g,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 80g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ Z/C * 250ml, Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2095.23 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8470.31 kJ; Białko ogółem: 103.10 g; Tłuszcz: 51.38 g; Węglowodany ogółem: 317.40 g; suma cukrów prostych: 88.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.48 g; Błonnik pokarmowy: 27.28 g; Sól: 5.39 g;		
niedziela 2024-02-25		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA BEZ TŁ		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SZYNKA DROB ANI 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), HERBATA Z/C* 250ml, TWAROŻEK* 70g (MLE), POMIDOR B/SKÓRY 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g,	ZUPA JARZYNOWA ZMAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SZPINAK GOTOWANY* 150g (GLU), SOS MAJERANKOWY* 100ml (GLU, SEL), JABŁKO PIECZONE* 150g, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA* 250g,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 80g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ Z/C * 250ml, PASTA DROBOWO-WARZYWNA Z UDŻCA KURCZAKA* 80g (SEL, GOR), Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2146.99 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8699.86 kJ; Białko ogółem: 119.79 g; Tłuszcz: 44.21 g; Węglowodany ogółem: 331.41 g; suma cukrów prostych: 91.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.58 g; Błonnik pokarmowy: 29.75 g; Sól: 5.97 g;		
niedziela 2024-02-25		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKA WP GOTB/SOLI* 30g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, TWAROŻEK MIX* 110g (MLE), HERBATA Z/C* 250ml, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA JARZYNOWA ZMAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET DROBOWY GOTOWANY* 110g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SZPINAK GOTOWANY* 150g (GLU), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA* 250g, SOS MAJERANKOWY* 100ml (GLU, SEL), JABŁKO PIECZONE* 150g, Podwieczorek: CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (GLU, JAJ, MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 80g, SCHAB GOTB/SOLI * 60g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ Z/C * 250ml, Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2475.86 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10072.83 kJ; Białko ogółem: 128.99 g; Tłuszcz: 69.13 g; Węglowodany ogółem: 347.68 g; suma cukrów prostych: 100.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.78 g; Błonnik pokarmowy: 27.92 g; Sól: 4.49 g;		
niedziela 2024-02-25		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), TWAROŻEK* 70g (MLE), SZYNKA DROB ANI 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA Z/C* 250ml, POMIDOR 60g, RZODKIEWKA 20g, II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (MLE), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA* 250g, SOS MAJERANKOWY* 100ml (GLU, SEL), MANDARYNKA 100g, Podwieczorek: CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (GLU, JAJ, MLE),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ Z/C * 250ml, Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2324.32 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9435.31 kJ; Białko ogółem: 112.49 g; Tłuszcz: 59.12 g; Węglowodany ogółem: 348.17 g; suma cukrów prostych: 91.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.73 g; Błonnik pokarmowy: 27.70 g; Sól: 5.75 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-02-25		
Dieta: DZIECIĘCA 1-3		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 150ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROB ANI 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , TWAROŻEK* 50g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM* 200ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g , PULPET DROBNIOWY GOTOWANY* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SZPINAK GOTOWANY* 70g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA* 250g , MANDARYNKA 100g , Podwieczorek: CIASTO DROŻDŻOWE* 30g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 30g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZ* 10g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1266.59 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 5126.14 kJ; Białko ogółem: 59.48 g; Tłuszcz: 32.43 g; Węglowodany ogółem: 191.54 g; suma cukrów prostych: 67.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.94 g; Błonnik pokarmowy: 15.65 g; Sól: 2.59 g;		
niedziela 2024-02-25		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 200ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROB ANI 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , TWAROŻEK* 50g (<i>MLE</i>), HERBATA Z/C* 250ml , POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM* 200ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA* 250g , SOS MAJERANKOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), MANDARYNKA 100g , Podwieczorek: CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZ* 10g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1718.65 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7035.51 kJ; Białko ogółem: 91.77 g; Tłuszcz: 44.40 g; Węglowodany ogółem: 247.66 g; suma cukrów prostych: 79.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.19 g; Błonnik pokarmowy: 21.32 g; Sól: 4.39 g;		
niedziela 2024-02-25		
Dieta: DZIECIĘCA 10-18		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROB ANI 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), HERBATA Z/C* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA* 250g , SOS MAJERANKOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), MANDARYNKA 100g , Podwieczorek: CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2321.97 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9424.61 kJ; Białko ogółem: 112.58 g; Tłuszcz: 61.55 g; Węglowodany ogółem: 341.65 g; suma cukrów prostych: 92.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.35 g; Błonnik pokarmowy: 26.17 g; Sól: 5.65 g;		
niedziela 2024-02-25		
Dieta: DZIECIĘCA POOPERACYJNA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 200ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROB ANI 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), JABŁKO PRAŻONE* 70g , HERBATA Z/C* 250ml , CIUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>),	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM* 200ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SZPINAK GOTOWANY* 150g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA* 250g , SOS MAJERANKOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g , Podwieczorek: CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2195.49 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8953.76 kJ; Białko ogółem: 99.84 g; Tłuszcz: 59.75 g; Węglowodany ogółem: 325.84 g; suma cukrów prostych: 91.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.81 g; Błonnik pokarmowy: 24.11 g; Sól: 5.22 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-02-25		
Dieta: BEZMLECZNA		
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350ml (MLE, SEL), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), POŁĘDWICA DROB ANI 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), MIÓD 50g, HERBATA ZC* 250ml, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), POMIDOR 60g,	ZUPA JARZYNOWA ZMAKARONEM B/MLEKA* 400ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SZPINAK GOTOWANY* 150g (GLU), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA ZC* 250g, SOS MAJERANKOWY* 100ml (GLU, SEL), JABŁKO GOTOWANE 150g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ ZC* 250ml, SCHAB GOTB/ SOLI* 30g, Posiłek nocny: KISIEL B/C* 150ml, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2018.60 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8154.27 kJ; Białko ogółem: 89.72 g; Tłuszcz: 42.20 g; Węglowodany ogółem: 333.86 g; suma cukrów prostych: 65.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.77 g; Błonnik pokarmowy: 30.50 g; Sól: 5.06 g;		
niedziela 2024-02-25		
Dieta: BIEGUNKOWA		
KLEIK Z KASZY MANNY* 400g (GLU), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), POWIDŁA JABLKOWE* 70g, HERBATA ZC* 250ml, SUCHARY* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), II Śniadanie: BISZKOPTY B/C* 20g (GLU, JAJ, ORZ),	RYŻANKA* 400ml (SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 110g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARCHEW GOTOWANA * 150g (MLE), HERBATA ZC* 250ml, Podwieczorek: CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (GLU, JAJ, MLE),	MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), RYŻ Z JABŁKIEM* 200g (MLE), SUCHARY* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), KLEIK Z KASZY MANNY* 400g (GLU), HERBATA ZC* 250ml, Posiłek nocny: KISIEL B/C* 150ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1713.27 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7227.90 kJ; Białko ogółem: 56.14 g; Tłuszcz: 34.70 g; Węglowodany ogółem: 302.80 g; suma cukrów prostych: 58.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.14 g; Błonnik pokarmowy: 27.84 g; Sól: 2.41 g;		
niedziela 2024-02-25		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA DROB ANI 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g, TWARÓŻEK* 70g (MLE), HERBATA ZC* 250ml, POMIDOR 60g, RZODKIEWKA 20g, II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM B/ GLUT* 400ml (JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (MLE), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA* 250g, MANDARYNKA 100g, Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ ZC* 250ml, Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2159.88 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8718.46 kJ; Białko ogółem: 97.74 g; Tłuszcz: 61.99 g; Węglowodany ogółem: 307.98 g; suma cukrów prostych: 98.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.23 g; Błonnik pokarmowy: 23.78 g; Sól: 5.52 g;		
niedziela 2024-02-25		
Dieta: PAPKOWATA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU MIX* 400ml (MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, TWARÓŻEK* 70g (MLE), JABŁKO PRAŻONE* 70g, HERBATA ZC* 250ml, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, SZYNKA DROB ANI MIEL* 50g, II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM MIX* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 110g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SZPINAK GOTOWANY* 150g (GLU), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA* 250g, SOS MAJERANKOWY* 100ml (GLU, SEL), JABŁKO PIECZONE* 150g, Podwieczorek: CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (GLU, JAJ, MLE),	MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 80g, BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 50g (MLE, GOR, SO2), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ ZC* 250ml, ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE), BUŁKA PSZENNA KROJONA Z MASŁEM* 35g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2416.80 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9814.38 kJ; Białko ogółem: 115.87 g; Tłuszcz: 67.37 g; Węglowodany ogółem: 350.09 g; suma cukrów prostych: 112.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.74 g; Błonnik pokarmowy: 27.98 g; Sól: 4.78 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-02-25		
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 ZC* 250ml , Posiłek nocny: KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (GLU), SUCHARY 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 888.33 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 3760.44 kJ; Białko ogółem: 25.50 g; Tłuszcz: 9.70 g; Węglowodany ogółem: 174.59 g; suma cukrów prostych: 15.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.14 g; Błonnik pokarmowy: 19.30 g; Sól: 1.19 g;		
niedziela 2024-02-25		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), POŁĘDWICA DROB ANI 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g , TWAROŻEK* 70g (MLE), HERBATA B/CIUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	ZJPA POMIDOROWA Z MAKARONEM PEŁNOZIARNISTYM* 400ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS MAJERANKOWY* 100ml (GLU, SEL), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ, KUK Z OLEJ* 130g , BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (MLE), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA ZC* 250g , MANDARYNKA 100g , Podwieczorek: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWY, M.EX. , SAŁ I SZYNKĄ, DĘB 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, GOR, SEZ, SO2),	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ ZC * 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), JABŁKO 150g , Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1Szt* 10g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2560.56 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10419.99 kJ; Białko ogółem: 120.58 g; Tłuszcz: 65.94 g; Węglowodany ogółem: 385.37 g; suma cukrów prostych: 102.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.34 g; Błonnik pokarmowy: 40.29 g; Sól: 7.10 g;		

Dietetyk

.....