

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-06-10		
Dieta: PODSTAWOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g , JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), POMIDOR 60g , SAŁATA ROSZPONKA* 15g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>),	ZJPA " GARBURE"* 400ml , ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), KOTLET POŻARSKI DROBIOWY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI W GLAZURZE* 100g , MIZERIA* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M EX, SAŁATA Z SEREM ŻÓŁTOK 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2527.59 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10600.13 kJ; Białko ogółem: 104.17 g; Tłuszcz: 98.00 g; Węglowodany ogółem: 319.52 g; suma cukrów prostych: 63.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.75 g; Błonnik pokarmowy: 25.10 g; Sól: 10.77 g;		
poniedziałek 2024-06-10		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g , JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), POMIDOR 60g , SAŁATA ROSZPONKA* 15g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>),	ZJPA KALAFIOROWA Z MAK* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), GALANTYNA DROB MIEL GOT Z NAT PIETR* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI W GLAZURZE* 100g , SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g (<i>SEL</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M EX, SAŁATA, SZYNKA, TOSTOWA 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2358.86 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9834.33 kJ; Białko ogółem: 103.73 g; Tłuszcz: 80.04 g; Węglowodany ogółem: 320.14 g; suma cukrów prostych: 67.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.01 g; Błonnik pokarmowy: 29.34 g; Sól: 8.44 g;		
poniedziałek 2024-06-10		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYŚW. WĘGL.		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g , JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , SAŁATA ROSZPONKA* 15g , KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), II Śniadanie: WAFEL RYŻOWY 2 SZT* 20g (<i>SEZ</i>),	ZJPA KALAFIOROWA Z MAK* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), GALANTYNA DROB MIEL GOT Z NAT PIETR* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI W GLAZURZE* 100g , MIZERIA* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/CIUKRU* 250ml , Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWY 50G, M EX, SAŁATA, SZYNKA, TOSTOWA 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2389.84 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9973.94 kJ; Białko ogółem: 107.68 g; Tłuszcz: 76.24 g; Węglowodany ogółem: 330.27 g; suma cukrów prostych: 62.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.46 g; Błonnik pokarmowy: 25.96 g; Sól: 10.82 g;		
poniedziałek 2024-06-10		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g , JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , SAŁATA ROSZPONKA* 15g , KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>),	ZJPA KALAFIOROWA Z MAK* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), GALANTYNA DROB MIEL GOT Z NAT PIETR* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI W GLAZURZE* 100g , SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g (<i>SEL</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M EX, SAŁATA, SZYNKA, TOSTOWA 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2377.26 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9915.93 kJ; Białko ogółem: 102.69 g; Tłuszcz: 79.88 g; Węglowodany ogółem: 325.02 g; suma cukrów prostych: 67.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.99 g; Błonnik pokarmowy: 26.86 g; Sól: 8.44 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-06-10 Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, PASTA Z BIAŁKA JAJKA* 60g (JAJ, MLE), WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), JABŁKO PIECZONE* 150g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE),	ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM DIETA* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), GALANTYNA DROB MIEL GOT Z NAT PIETR* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 40g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX. SAŁATA, SZYNKA, TOSTOWA 20G 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2453.46 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10248.06 kJ; Białko ogółem: 101.97 g; Tłuszcz: 80.12 g; Węglowodany ogółem: 345.33 g; suma cukrów prostych: 82.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.16 g; Błonnik pokarmowy: 29.26 g; Sól: 7.82 g;		
poniedziałek 2024-06-10 Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), PASTA Z BIAŁKA JAJKA* 60g (JAJ, MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), JABŁKO PIECZONE* 150g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM DIETA* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), GALANTYNA DROB MIEL GOT Z NAT PIETR* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml , Podwieczorek: BISZKOPTY B/CIUKRU* 20g (GLU, JAJ, ORZ),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (MLE), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 40g , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX., MIĘ SZYNKA GOT 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2460.23 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10342.12 kJ; Białko ogółem: 105.26 g; Tłuszcz: 77.66 g; Węglowodany ogółem: 350.51 g; suma cukrów prostych: 106.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.04 g; Błonnik pokarmowy: 29.54 g; Sól: 5.04 g;		
poniedziałek 2024-06-10 Dieta: BOGATOBIALKOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, JAJKO KURZĘ GOTOWANE 1szt (JAJ), POMIDOR 60g, SAŁATA ROSZPONKA* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE), II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),	ZUPA KALAFIOROWA Z MAK* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), GALANTYNA DROB MIEL GOT Z NAT PIETR* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g (SEL), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml , Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX. SAŁATA, SZYNKA, TOSTOWA 20G 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2536.16 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10587.83 kJ; Białko ogółem: 112.72 g; Tłuszcz: 83.27 g; Węglowodany ogółem: 347.78 g; suma cukrów prostych: 86.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.08 g; Błonnik pokarmowy: 28.08 g; Sól: 9.12 g;		
poniedziałek 2024-06-10 Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
KASZA MANNA NA MLEKU* 150ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, JAJKO KURZĘ GOTOWANE 1szt (JAJ), POMIDOR 60g, SAŁATA ROSZPONKA* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 150ml (MLE), II Śniadanie: SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/ CUK* 1szt,	ZUPA KALAFIOROWA Z MAK* 200ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (MLE), GALANTYNA DROB MIEL GOT Z NAT PIETR* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g (SEL), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml , Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 50g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX. SAŁATA, SZYNKA DĘBOWA 20G* 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1834.30 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7697.20 kJ; Białko ogółem: 86.06 g; Tłuszcz: 62.31 g; Węglowodany ogółem: 243.08 g; suma cukrów prostych: 76.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.87 g; Błonnik pokarmowy: 21.63 g; Sól: 7.35 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-06-10		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
RYŻNA MLEKU* 350ml (MLE), PIECZYWO B/GLUTENOWE* 100g (ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), POMIDOR 60g, SAŁATA ROSZPONKA* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE), II Śniadanie: JABŁKO 150g,	ZUPA KALAFIOROWA Z MAK B/ GLUT* 400ml (JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), BURACZKI GOTOWANE* 100g, MIZERIA* 100g (MLE), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CIUK* 250ml, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	PIECZYWO B/GLUTENOWE* 120g (ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z PIECZB/GLUT 50G, M.EX, SAŁ, SZYNKĄ TOSTOWĄ 20G* 1Por (MLE, ORZ, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2324.65 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9664.18 kJ; Białko ogółem: 90.20 g; Tłuszcz: 83.49 g; Węglowodany ogółem: 307.55 g; suma cukrów prostych: 90.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.32 g; Błonnik pokarmowy: 24.67 g; Sól: 10.25 g;		
poniedziałek 2024-06-10		
Dieta: PAPKOWATA		
KASZA MANNA NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKA WP. Z KOTŁA MIELONA* 50g, PASTA JAJECZNA* 60g (JAJ, MLE), JABŁKO PIECZONE* 150g, SAŁATA MASŁOWA 10g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE), II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA KALAFIOROWA Z MAK MIX* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), GALANTYNA DROB MIEL GOTZ NAT PIETR* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CIUK* 250ml, Podwieczorek: KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU, MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA MIELONA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g, ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, MARCHEW KARB GOT Z ZIOL* 80g, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2441.95 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10269.20 kJ; Białko ogółem: 116.64 g; Tłuszcz: 75.58 g; Węglowodany ogółem: 340.18 g; suma cukrów prostych: 108.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.96 g; Błonnik pokarmowy: 34.09 g; Sól: 8.61 g;		
poniedziałek 2024-06-10		
Dieta: PŁYNNA		
KASZA MANNA NA MLEKU PYNNA* 400ml (GLU, JAJ, MLE), KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE), II Śniadanie: SOK JABŁKOWY* 200ml,	PŁYNNA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KISIEL* 150ml, KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CIUK* 250ml, Podwieczorek: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE),	PŁYNNA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU, MLE), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2196.37 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9238.69 kJ; Białko ogółem: 111.82 g; Tłuszcz: 71.65 g; Węglowodany ogółem: 286.20 g; suma cukrów prostych: 97.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.51 g; Błonnik pokarmowy: 25.76 g; Sól: 4.71 g;		
poniedziałek 2024-06-10		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), POMIDOR 60g, SAŁATA ROSZPONKA* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE), II Śniadanie: WAFEL RYŻOWY 2 SZT* 20g (SEZ),	ZUPA KALAFIOROWA Z MAK PEŁNOZIAR* 400ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), GALANTYNA DROB MIEL GOTZ NAT PIETR* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, MIZERIA* 100g (MLE), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CIUK* 250ml, Podwieczorek: SURÓWKA WARZYWNA Z JOGURTEM* 130g (MLE, SEL),	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G, M.EX, SAŁ, SZYNKĄ TOSTOWĄ 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2620.52 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10947.96 kJ; Białko ogółem: 109.72 g; Tłuszcz: 77.34 g; Węglowodany ogółem: 386.14 g; suma cukrów prostych: 68.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.34 g; Błonnik pokarmowy: 37.01 g; Sól: 10.91 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-06-11		
Dieta: PODSTAWOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 50g (<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>), PIERŚ GOTOWANA PREMIUM* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA KAPUŚNIAK Z BIAŁEJ KAP Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), SZTUKA MIĘSA WP 80G W SOSIE CHRZANOWYM 100G 200g (<i>GLU, MLE</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ Z OLEJEM*/ 100g , BROKUŁY GOTOWANE * 100g , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , PASTA Z CIECIERZYCY Z WARZYWAMI* 100g (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>), OGÓREK KISZONY* 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2327.19 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9427.73 kJ; Białko ogółem: 113.32 g; Tłuszcz: 74.13 g; Węglowodany ogółem: 312.96 g; suma cukrów prostych: 69.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.66 g; Błonnik pokarmowy: 36.79 g; Sól: 7.06 g;		
wtorek 2024-06-11		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PIERŚ GOTOWANA PREMIUM* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI * 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (<i>GLU</i>), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BROKUŁY GOTOWANE * 100g , SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ Z JOG*/ 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SOJ</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2298.91 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9319.28 kJ; Białko ogółem: 120.13 g; Tłuszcz: 66.87 g; Węglowodany ogółem: 320.44 g; suma cukrów prostych: 70.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.48 g; Błonnik pokarmowy: 34.41 g; Sól: 8.12 g;		
wtorek 2024-06-11		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PIERŚ GOTOWANA PREMIUM* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: JABŁKO 150g ,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI * 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (<i>GLU</i>), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BROKUŁY GOTOWANE * 100g , SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ Z JOG*/ 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , 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 CIECIERZYCY Z WARZYWAMI* 100g (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>), OGÓREK KISZONY* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWY, MEX, SAŁ Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2578.07 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10489.63 kJ; Białko ogółem: 121.20 g; Tłuszcz: 72.96 g; Węglowodany ogółem: 375.97 g; suma cukrów prostych: 82.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.63 g; Błonnik pokarmowy: 45.97 g; Sól: 8.26 g;		
wtorek 2024-06-11		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 50g (<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>), PIERŚ GOTOWANA PREMIUM* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI * 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (<i>GLU</i>), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BROKUŁY GOTOWANE * 100g , SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ Z JOG*/ 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), PASTA Z CIECIERZYCY Z WARZYWAMI* 100g (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2432.69 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9883.84 kJ; Białko ogółem: 117.95 g; Tłuszcz: 69.33 g; Węglowodany ogółem: 347.75 g; suma cukrów prostych: 76.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.99 g; Błonnik pokarmowy: 39.54 g; Sól: 5.86 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-06-11		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), PIERŚ GOTOWANA PREMIUM* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, BUKIET JARZYN GOTOWANY* 60g (<i>SEL</i>), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (<i>GLU</i>), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYŃKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2420.93 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9833.52 kJ; Białko ogółem: 118.38 g; Tłuszcz: 67.91 g; Węglowodany ogółem: 348.00 g; suma cukrów prostych: 72.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.39 g; Błonnik pokarmowy: 30.36 g; Sól: 7.44 g;		
wtorek 2024-06-11		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, TWAROŻEK* 100g (<i>MLE</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, BUKIET JARZYN GOTOWANY* 60g (<i>SEL</i>), HERBATA B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: GALARETKA MLECZNA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),	ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g, SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYŃKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2365.42 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9601.93 kJ; Białko ogółem: 104.51 g; Tłuszcz: 63.05 g; Węglowodany ogółem: 357.33 g; suma cukrów prostych: 70.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.88 g; Błonnik pokarmowy: 28.54 g; Sól: 6.33 g;		
wtorek 2024-06-11		
Dieta: BOGATOBIĄŁKOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PIERŚ GOTOWANA PREMIUM* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g, RZODKIEWKA 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, 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 ZIEMNIAKAMI * 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (<i>GLU</i>), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ Z JOG*/ 100g (<i>MLE</i>), BROKUŁY GOTOWANE * 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, Podwieczorek: JABŁKO PIECZONE Z SEREM* 150g (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYŃNI* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYŃKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2432.31 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9883.28 kJ; Białko ogółem: 125.41 g; Tłuszcz: 66.93 g; Węglowodany ogółem: 349.02 g; suma cukrów prostych: 87.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.02 g; Błonnik pokarmowy: 36.13 g; Sól: 8.30 g;		
wtorek 2024-06-11		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 150ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), PIERŚ GOTOWANA PREMIUM* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, RZODKIEWKA 20g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: JABŁKO 150g,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI* 200ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (<i>MLE</i>), FILET Z KURCZAKA PIECZONY W ZIOŁACH PROWANSALSKICH* 80g, BROKUŁY GOTOWANE * 100g, SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ Z JOG*/ 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, Podwieczorek: GALARETKA MLECZNA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), KIEŁBASA SZYŃKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1567.15 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6388.70 kJ; Białko ogółem: 97.21 g; Tłuszcz: 36.58 g; Węglowodany ogółem: 223.37 g; suma cukrów prostych: 66.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.40 g; Błonnik pokarmowy: 25.19 g; Sól: 6.92 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-06-11		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), PIECZYWO B/GLUTENOWE* 100g (<i>ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PIERSĆ GOTOWANA PREMIUM* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: GALARETKA MLECZNA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAK B/GLUTENU* 400ml (<i>MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA B/GLUTENU* 80g, SOS JARZYNOWY B/ GLUTENOWY* 100ml (<i>SEL</i>), BROKUŁY GOTOWANE * 100g, SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ Z JOG*/ 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, Podwieczorek: KANAPKA Z PIECZ B/GLUT 50G, M.EX, SAŁ, Z SZYNKĄ Z INDYKA 20G* 1P or (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),	PIECZYWO B/GLUTENOWE* 120g (<i>ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2237.72 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9031.36 kJ; Białko ogółem: 100.56 g; Tłuszcz: 71.93 g; Węglowodany ogółem: 304.44 g; suma cukrów prostych: 75.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.71 g; Błonnik pokarmowy: 30.31 g; Sól: 10.00 g;		
wtorek 2024-06-11		
Dieta: PANKOWATA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU MIX* 400ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), PIERSĆ GOTOWANA PREMIUM MIELONA* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: SOK JABŁKOWY* 200ml,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g, SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, Podwieczorek: GALARETKA MLECZNA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),	ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 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>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP MIELONA* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2286.18 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9261.99 kJ; Białko ogółem: 124.87 g; Tłuszcz: 69.00 g; Węglowodany ogółem: 303.47 g; suma cukrów prostych: 99.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.28 g; Błonnik pokarmowy: 27.06 g; Sól: 7.60 g;		
wtorek 2024-06-11		
Dieta: PŁYNNA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU PŁYNNA* 400ml (<i>JAJ, MLE</i>), GALARETKA OWOCOWA PŁYNNA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	PŁYNNA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), SOK POMIDOROWY* 1szt, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, Podwieczorek: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),	PŁYNNA KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KISIEL B/C* 150ml, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1985.61 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7989.80 kJ; Białko ogółem: 103.19 g; Tłuszcz: 69.07 g; Węglowodany ogółem: 247.16 g; suma cukrów prostych: 76.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.05 g; Błonnik pokarmowy: 26.69 g; Sól: 4.07 g;		
wtorek 2024-06-11		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PIERSĆ GOTOWANA PREMIUM* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g, RZODKIEWKA 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/CIUK* 1szt,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI * 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (<i>GLU</i>), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BROKUŁY GOTOWANE * 100g, SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ Z JOG*/ 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, Podwieczorek: JABŁKO 150g,	CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2481.61 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10089.88 kJ; Białko ogółem: 121.34 g; Tłuszcz: 65.59 g; Węglowodany ogółem: 370.39 g; suma cukrów prostych: 103.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.97 g; Błonnik pokarmowy: 39.44 g; Sól: 8.59 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-06-12		
Dieta: PODSTAWOWA		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt , POMIDOR 60g , MIX SAŁAT* 15g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,	ZUPA Z BOTWINKI Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), NALEŚNIKI Z SEREM * 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), POMARAŃCZA (100g) 0.5szt , SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (<i>MLE</i>), WODA ŻRÓDLANA NIEGAZ 500ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), KALAFIOR GOTOWANY* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, SAŁ. M. EX I SZYNKA DĘBOWA 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2535.96 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10668.60 kJ; Białko ogółem: 98.37 g; Tłuszcz: 68.69 g; Węglowodany ogółem: 395.07 g; suma cukrów prostych: 69.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.43 g; Błonnik pokarmowy: 28.40 g; Sól: 8.39 g;		
środa 2024-06-12		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt , POMIDOR 60g , MIX SAŁAT* 15g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,	ZUPA Z BOTWINKI Z ZIEMN DIETA* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MAKARON ŚWID 200-G ZSER BIAŁ 100G I JABŁ PRAŻ 100G * 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), POMARAŃCZA (100g) 0.5szt , SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (<i>MLE</i>), WODA ŻRÓDLANA NIEGAZ 500ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), KALAFIOR GOTOWANY* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, SAŁ. M. EX I SZYNKA DĘBOWA 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2410.61 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10148.63 kJ; Białko ogółem: 93.83 g; Tłuszcz: 57.52 g; Węglowodany ogółem: 394.29 g; suma cukrów prostych: 75.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.02 g; Błonnik pokarmowy: 28.99 g; Sól: 8.12 g;		
środa 2024-06-12		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYŚW. WĘGL.		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), POWIDŁA JABŁKOWE* 70g , MIX SAŁAT* 15g , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml ,	ZUPA Z BOTWINKI Z ZIEMN DIETA* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MAKARON PEŁNOZIARNISTY* 200g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), KLOPSIK DROBIOWY GOTDIETA* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (<i>MLE</i>), POMARAŃCZA (100g) 0.5szt , WODA ŻRÓDLANA NIEGAZ 500ml , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 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% 1 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), KALAFIOR GOTOWANY* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWY 50G, M. EX , SAŁ I SZYNKA DĘB 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2314.61 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9736.17 kJ; Białko ogółem: 102.01 g; Tłuszcz: 58.88 g; Węglowodany ogółem: 355.31 g; suma cukrów prostych: 73.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.76 g; Błonnik pokarmowy: 38.18 g; Sól: 8.86 g;		
środa 2024-06-12		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt , POMIDOR 60g , MIX SAŁAT* 15g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,	ZUPA Z BOTWINKI Z ZIEMN DIETA* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MAKARON ŚWID 200-G ZSER BIAŁ 100G I JABŁ PRAŻ 100G * 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), POMARAŃCZA (100g) 0.5szt , SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (<i>MLE</i>), WODA ŻRÓDLANA NIEGAZ 500ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), KALAFIOR GOTOWANY* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, SAŁ. M. EX I SZYNKA DĘBOWA 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2429.01 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10230.23 kJ; Białko ogółem: 92.79 g; Tłuszcz: 57.36 g; Węglowodany ogółem: 399.17 g; suma cukrów prostych: 76.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.99 g; Błonnik pokarmowy: 26.51 g; Sól: 8.12 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-06-12		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, BUKIET JARZYN GOTOWANY* 60g (<i>SEL</i>), JABŁKO PRAŻONE* 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/C UKRU* 250ml ,	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY* 200g (<i>GLU, JAJ</i>), KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), CUKINIA DUSZONA* 100g , WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml ,	BUŁKA PSZENNNA KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (<i>MLE</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATKA JARZYNOWA 3skl.* 120g (<i>MLE, SEL</i>), Posiłek nocny: KANAPKA Z BULKI50G, M.EX, SAŁATA, SZYNKA DĘBOWA20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2526.52 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10642.22 kJ; Białko ogółem: 96.62 g; Tłuszcz: 65.12 g; Węglowodany ogółem: 404.01 g; suma cukrów prostych: 65.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.61 g; Błonnik pokarmowy: 30.20 g; Sól: 7.89 g;		
środa 2024-06-12		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SCHAB GOT B/SOLI* 50g , MIÓD JEDN 25g/op. 2szt , BUKIET JARZYN GOTOWANY* 60g (<i>SEL</i>), JABŁKO PRAŻONE* 60g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml ,	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 200ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY* 200g (<i>GLU, JAJ</i>), KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), CUKINIA DUSZONA* 100g , DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 70g , SAŁATKA JARZYNOWA 3skl.* 120g (<i>MLE, SEL</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (<i>MLE</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M EX Z SEREM BIAŁYM 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2614.51 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11014.70 kJ; Białko ogółem: 128.57 g; Tłuszcz: 71.40 g; Węglowodany ogółem: 378.88 g; suma cukrów prostych: 71.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.12 g; Błonnik pokarmowy: 27.98 g; Sól: 4.59 g;		
środa 2024-06-12		
Dieta: BOGATOBIĄŁKOWA		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, POMIDOR 60g , MIX SAŁAT* 15g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: BUDYN* 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA Z BOTWNIKI Z ZIEMN DIETA* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY* 200g (<i>GLU, JAJ</i>), KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), POMARAŃCZA (100g) 0.5szt , SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (<i>MLE</i>), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, JALPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), KALAFIOR GOTOWANY* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, SAŁ. M. EX I SZYNKA DĘBOWA 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2616.37 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11021.61 kJ; Białko ogółem: 105.04 g; Tłuszcz: 64.35 g; Węglowodany ogółem: 418.08 g; suma cukrów prostych: 80.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.23 g; Błonnik pokarmowy: 27.58 g; Sól: 8.95 g;		
środa 2024-06-12		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 200ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ * 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 30g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 1szt, POMIDOR 60g , MIX SAŁAT* 15g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml ,	ZUPA Z BOTWNIKI Z ZIEMN DIETA* 200ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ</i>), KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), POMARAŃCZA (100g) 0.5szt , SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (<i>MLE</i>), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNNA KROJ * 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), KALAFIOR GOTOWANY* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 30G, M.EX I SZYNKA DĘBOWA 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1552.34 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6539.65 kJ; Białko ogółem: 73.03 g; Tłuszcz: 35.15 g; Węglowodany ogółem: 245.69 g; suma cukrów prostych: 54.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.45 g; Błonnik pokarmowy: 19.49 g; Sól: 6.08 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-06-12 Dieta: BEZGLUTENOWA		
RYŻNA MLEKU* 350ml (MLE), PIECZYWO B/GLUTENOWE* 100g (ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA Z BOTWINKI B/GLUT Z ZIEMN* 400ml (MLE, SEL), MAKARON B/GLUTENOWY Z SEREM I POLEWA, JOGURTOWO-OWOCOWA* 400g (JAJ, MLE), POMARAŃCZA (100g) 0.5szt, SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (MLE), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	PIECZYWO B/GLUTENOWE* 120g (ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), KALAFIOR GOTOWANY* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z PIECZ B/GLUT 50G, M.EX., SAŁ., SZYNKA DĘBOWA 20G 1Por (MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2352.82 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9881.94 kJ; Białko ogółem: 73.02 g; Tłuszcz: 62.85 g; Węglowodany ogółem: 378.12 g; suma cukrów prostych: 93.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.84 g; Błonnik pokarmowy: 23.42 g; Sól: 8.14 g;		
środa 2024-06-12 Dieta: PAPPKOWATA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, BUKIET JARZYN GOTOWANY* 60g (SEL), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM MIX* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), KLOPSIK DROBOWY GOT DIETA* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), CUKINIA DUSZONA* 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), POŁĘDWICA DROB ANI MIEL* 70g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), SAŁATKA JARZYNOWA 3skł.* 120g (MLE, SEL), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, Posiłek nocny: KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2239.53 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9424.71 kJ; Białko ogółem: 98.58 g; Tłuszcz: 60.79 g; Węglowodany ogółem: 341.17 g; suma cukrów prostych: 77.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.37 g; Błonnik pokarmowy: 33.11 g; Sól: 6.11 g;		
środa 2024-06-12 Dieta: PLYNNA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU PLYNNA* 400ml (GLU, JAJ, MLE), JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: KISIEL* 150ml,	PLYNNA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, GALARETKA OWOCOWA PLYNNA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), Podwieczorek: SOK JABŁKOWY* 200ml,	PLYNNA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), BUDYŃ B/C* 150ml (MLE), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, Posiłek nocny: KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2049.68 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8619.51 kJ; Białko ogółem: 93.61 g; Tłuszcz: 67.44 g; Węglowodany ogółem: 275.65 g; suma cukrów prostych: 84.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.23 g; Błonnik pokarmowy: 23.13 g; Sól: 2.03 g;		
środa 2024-06-12 Dieta: BOGATORESZTKOWA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, MIX SAŁAT* 15g, POMIDOR 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA Z BOTWINKI Z ZIEMN DIETA* 400ml (GLU, MLE, SEL), MAKARON ŚWID 200-G Z SER BIAŁ 100G I JABŁ PRAŻ 100G * 400g (GLU, JAJ, MLE), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (MLE), POMARAŃCZA (100g) 0.5szt, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, Podwieczorek: CUKINIA PAROWA Z ZIOLAMI* 150g,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), KALAFIOR GOTOWANY* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX., SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2573.44 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10834.55 kJ; Białko ogółem: 101.36 g; Tłuszcz: 58.47 g; Węglowodany ogółem: 426.53 g; suma cukrów prostych: 84.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.54 g; Błonnik pokarmowy: 32.03 g; Sól: 8.85 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-06-13		
Dieta: PODSTAWOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), SAŁATA LODOWA* 20g, OGÓREK ŚWIEŻY 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR),	ZUPA MINISTRONE* 400g (GLU, MLE), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK ZWINEGRET* 100g (GOR), TRUSKAWKI* 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), SAŁATKA Z MAK, KUK, BROK, MAR, WĘD ZW* 150g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2343.85 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9845.88 kJ; Białko ogółem: 105.48 g; Tłuszcz: 85.07 g; Węglowodany ogółem: 301.99 g; suma cukrów prostych: 63.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.34 g; Błonnik pokarmowy: 27.48 g; Sól: 6.71 g;		
czwartek 2024-06-13		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
KASZA MANNA 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), SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), POMIDOR 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR),	ZUPA MINISTRONE* 400g (GLU, MLE), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK ZWINEGRET* 100g (GOR), TRUSKAWKI* 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 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 MAK, KUK, BROK, WĘD, JOG* 150g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2245.88 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9435.66 kJ; Białko ogółem: 106.37 g; Tłuszcz: 79.56 g; Węglowodany ogółem: 289.85 g; suma cukrów prostych: 64.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.19 g; Błonnik pokarmowy: 29.28 g; Sól: 6.37 g;		
czwartek 2024-06-13		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
KASZA MANNA 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, GLUPSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), SAŁATA LODOWA* 20g, OGÓREK ŚWIEŻY 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: KRAKERSY 15g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ),	ZUPA MINISTRONE* 400g (GLU, MLE), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK ZWINEGRET* 100g (GOR), TRUSKAWKI* 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml, Podwieczorek: SOK POMIDOROWY* 1szt,	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), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, SAŁATKA Z MAK, KUK, BROK, WĘD, JOG* 150g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWY, M. EX, SAŁ, SZYNKĄ TOSTOWĄ 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2361.09 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9850.06 kJ; Białko ogółem: 109.12 g; Tłuszcz: 82.88 g; Węglowodany ogółem: 311.27 g; suma cukrów prostych: 56.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.14 g; Błonnik pokarmowy: 35.25 g; Sól: 8.95 g;		
czwartek 2024-06-13		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
KASZA MANNA 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), PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g (MLE), SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), SAŁATA LODOWA* 20g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR),	ZUPA MINISTRONE* 400g (GLU, MLE), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK ZWINEGRET* 100g (GOR), TRUSKAWKI* 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), SAŁATKA Z MAK, KUK, BROK, WĘD, JOG* 150g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2261.25 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9509.56 kJ; Białko ogółem: 109.60 g; Tłuszcz: 75.93 g; Węglowodany ogółem: 297.63 g; suma cukrów prostych: 67.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.13 g; Błonnik pokarmowy: 27.01 g; Sól: 6.21 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-06-13		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOL* 60g , JABŁKO PIECZONE* 150g, SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA KOPERKOWA ZZACIERKĄ DIETA* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), WARZYWA GOTOWANE * 100g (<i>SEL</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (<i>MLE</i>), SAŁATKA Z MAKARONU ,WARZ.WĘD DR Z OL* 150g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), HERBATA B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2341.05 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9849.26 kJ; Białko ogółem: 106.91 g; Tłuszcz: 72.70 g; Węglowodany ogółem: 328.30 g; suma cukrów prostych: 91.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.73 g; Błonnik pokarmowy: 29.38 g; Sól: 6.68 g;		
czwartek 2024-06-13		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ZOŁ		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), DŻEM JEDNOPORC.JOWY 25g/op. 2szt , TWAROŻEK* 100g (<i>MLE</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOL* 60g , JABŁKO PIECZONE* 150g, HERBATA B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: BISZKOPTY B/CUKRU* 20g (<i>GLU, JAJ, ORZ</i>),	ZUPA KOPERKOWA ZZACIERKĄ DIETA* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), WARZYWA GOTOWANE * 100g (<i>SEL</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml , Podwieczorek: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (<i>MLE</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOLAMI* 80g , SZYNKA WP GOT B/SOLI* 70g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2434.26 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10238.88 kJ; Białko ogółem: 126.28 g; Tłuszcz: 70.69 g; Węglowodany ogółem: 336.40 g; suma cukrów prostych: 106.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.07 g; Błonnik pokarmowy: 27.27 g; Sól: 4.87 g;		
czwartek 2024-06-13		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
KASZA MANNA 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>), SZYNKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), SAŁATA LODOWA* 20g , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: JABŁKO PIECZONE Z SEREM/ 1szt (<i>MLE</i>),	ZUPA MINISTRONE* 400g (<i>GLU, MLE</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK ZWINEGRET* 100g (<i>GOR</i>), TRUSKAWKI* 100g , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml , Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 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>), SAŁATKA Z MAK, KUK, BROK, WĘD, JOG* 150g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2411.68 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10136.56 kJ; Białko ogółem: 114.57 g; Tłuszcz: 81.32 g; Węglowodany ogółem: 319.98 g; suma cukrów prostych: 87.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.08 g; Błonnik pokarmowy: 31.00 g; Sól: 6.91 g;		
czwartek 2024-06-13		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
KASZA MANNA 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>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), SZYNKOWA WP* 30g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA LODOWA* 20g , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: BISZKOPTY B/CUKRU* 20g (<i>GLU, JAJ, ORZ</i>),	ZUPA MINISTRONE* 200g (<i>GLU, MLE</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (<i>MLE</i>), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK ZWINEGRET* 100g (<i>GOR</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml , Podwieczorek: TRUSKAWKI* 150g ,	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>), SAŁATA MASŁOWA 10g , SAŁATKA Z MAK, KUK, BROK, WĘD, JOG* 100g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1619.43 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6810.13 kJ; Białko ogółem: 81.18 g; Tłuszcz: 50.63 g; Węglowodany ogółem: 220.24 g; suma cukrów prostych: 56.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.33 g; Błonnik pokarmowy: 22.94 g; Sól: 4.41 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-06-13		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
KASZA KUKURYZJANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (<i>ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), SZYMKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), OGÓREK ŚWEŻY 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: KANAPKA Z PIECZB/GLUT 50G, M.EX., SAŁ, SZYMKĄ DĘBOWĄ 20G* 1Por (<i>MLE, ORZ, SEZ</i>),	ZUPA MINISTRONE Z RYZEM* 400g (<i>MLE</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL,</i> <i>SEZ</i>), SOS JARZYNOWY B/ GLUTENOWY* 100ml (<i>SEL</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK Z OLEJ* 100g, TRUSKAWKI* 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml, Podwieczorek: SOK POMIDOROWY* 1szt,	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (<i>ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR,</i> <i>SEZ</i>), SAŁATKA Z RYZU, BROKUŁÓW I WĘD DRO-WP DIETA Z OLEJEM* 120g (<i>MLE, SEL,</i> <i>GOR</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2489.65 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9973.47 kJ; Białko ogółem: 90.31 g; Tłuszcz: 100.71 g; Węglowodany ogółem: 313.83 g; suma cukrów prostych: 66.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.65 g; Błonnik pokarmowy: 31.89 g; Sól: 8.16 g;		
czwartek 2024-06-13		
Dieta: PAPKOWATA		
KASZA MANNA NA MLEKU MIX* 400ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i> <i>MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), PASTA Z JAJKA I BROKUŁ* 60g (<i>JAJ, GOR</i>), SZYMKOWA WP MIELONA* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, II Śniadanie: BISKOPTY B/CIUKRU* 20g (<i>GLU, JAJ, ORZ</i>),	ZUPA KOPERKOWA Z ZACIERKĄ MIX* 400ml (<i>GLU,</i> <i>MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), TRUSKAWKI* 100g, WARZYWA GOTOWANE * 100g (<i>SEL</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml, Podwieczorek: TRUSKAWKI* 150g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i> <i>MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA MIEL* 40g (<i>GLU,</i> <i>JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATKA Z MAKARONU, WARZ, WĘD DR ZOL* 150g (<i>GLU,</i> <i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2220.64 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9337.40 kJ; Białko ogółem: 104.53 g; Tłuszcz: 76.26 g; Węglowodany ogółem: 292.96 g; suma cukrów prostych: 84.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.20 g; Błonnik pokarmowy: 30.35 g; Sól: 5.88 g;		
czwartek 2024-06-13		
Dieta: PŁYNNA		
KASZA MANNA NA MLEKU PIYNNNA* 400ml (<i>GLU,</i> <i>JAJ, MLE</i>), KISIEL* 150ml, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU Z/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	PŁYNNA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml, SOK JABŁKOWY* 200ml, Podwieczorek: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),	PŁYNNA KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (<i>GLU, MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2241.85 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9434.41 kJ; Białko ogółem: 101.83 g; Tłuszcz: 71.44 g; Węglowodany ogółem: 307.17 g; suma cukrów prostych: 110.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.65 g; Błonnik pokarmowy: 23.79 g; Sól: 2.58 g;		
czwartek 2024-06-13		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ,</i> <i>SEZ</i>), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI,</i> <i>SOJ, MLE, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), SAŁATA LODOWA* 20g, OGÓREK ŚWEŻY*/ 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: JABŁKO 150g,	ZUPA MINISTRONE* 400g (<i>GLU, MLE</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL,</i> <i>SEZ</i>), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK Z OLEJ* 100g, TRUSKAWKI* 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml, Podwieczorek: SOK POMIDOROWY* 1szt,	CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI,</i> <i>SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SAŁATKA ZMAK PEŁNOZIAR, KUK, BROK, MAR, WĘD DR Z JOG* 150g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 40g (<i>GLU, JAJ, OZI,</i> <i>MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2641.35 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11105.40 kJ; Białko ogółem: 114.70 g; Tłuszcz: 83.23 g; Węglowodany ogółem: 376.50 g; suma cukrów prostych: 80.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.55 g; Błonnik pokarmowy: 40.84 g; Sól: 8.35 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-06-14		
Dieta: PODSTAWOWA		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, MIX SAŁAT* 15g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g,	ZUPA RUMFORDZKA* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), RYBA FILET SMAŻONY (MIRUNA)* 110g (<i>GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), FASOLKA SZPARAGOWA GOT Z BUŁKĄ TARTA* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ</i>), SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY ZOL* 100g, KOMPOT ZMIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK 120G ZE SZCZYPIORKIEM 5G* 125g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, RZODKIEWKA 30g, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M. EX SAŁATY, POL DROB ANI 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2528.80 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10626.83 kJ; Białko ogółem: 108.45 g; Tłuszcz: 82.20 g; Węglowodany ogółem: 354.86 g; suma cukrów prostych: 68.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.92 g; Błonnik pokarmowy: 29.92 g; Sól: 6.13 g;		
piątek 2024-06-14		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, MIX SAŁAT* 15g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml,	ZUPA KRUPNIK JĘCZMIENNY Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 100g (<i>SEL</i>), SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 120g (<i>MLE</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, RZODKIEWKA 30g, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M. EX SAŁATY, POL DROB ANI 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2253.34 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9469.28 kJ; Białko ogółem: 100.96 g; Tłuszcz: 72.52 g; Węglowodany ogółem: 313.76 g; suma cukrów prostych: 67.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.91 g; Błonnik pokarmowy: 25.83 g; Sól: 5.85 g;		
piątek 2024-06-14		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, POWIDŁA JABŁKOWE* 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 15g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA KRUPNIK JĘCZMIENNY Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 100g (<i>SEL</i>), FASOLKA SZPARAGOWA GOT Z BUŁKĄ TARTĄ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/CUKRU* 250ml, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	RZODKIEWKA 30g, CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK 120G ZE SZCZYPIORKIEM 5G* 120g (<i>MLE</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M. EX SAŁ, POL DROB ANI 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2244.02 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9436.61 kJ; Białko ogółem: 103.60 g; Tłuszcz: 69.69 g; Węglowodany ogółem: 316.24 g; suma cukrów prostych: 61.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.31 g; Błonnik pokarmowy: 29.52 g; Sól: 6.64 g;		
piątek 2024-06-14		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, MIX SAŁAT* 15g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g,	ZUPA KRUPNIK JĘCZMIENNY Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), FASOLKA SZPARAGOWA GOT Z BUŁKĄ TARTĄ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 100g (<i>SEL</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 120g (<i>MLE</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, RZODKIEWKA 30g, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M. EX SAŁATY, POL DROB ANI 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2292.86 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9641.83 kJ; Białko ogółem: 100.22 g; Tłuszcz: 72.51 g; Węglowodany ogółem: 323.83 g; suma cukrów prostych: 69.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.98 g; Błonnik pokarmowy: 24.23 g; Sól: 6.03 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-06-14		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, JABŁKO PRAŻONE* 70g,	ZUPA KRUPNIK JĘCZMIENNY Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SOS GRECKI B/KONC. POMIDOR. 100g (<i>GLU, SEL</i>), SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml, SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 120g (<i>MLE</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M. EX SAŁATY, POL DROB ANI 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2394.49 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10076.32 kJ; Białko ogółem: 101.73 g; Tłuszcz: 70.63 g; Węglowodany ogółem: 352.74 g; suma cukrów prostych: 91.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.00 g; Błonnik pokarmowy: 25.28 g; Sól: 5.79 g;		
piątek 2024-06-14		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SCHAB GOT B/SOLI* 50g, DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., JABŁKO PRAŻONE* 70g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA KRUPNIK JĘCZMIENNY Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SOS GRECKI B/KONC. POMIDOR. 100g (<i>GLU, SEL</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml, SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	TWAROŻEK* 120g (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (<i>MLE</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g, Posiłek nocny: PODPŁOYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>), BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2343.83 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9868.17 kJ; Białko ogółem: 111.94 g; Tłuszcz: 67.76 g; Węglowodany ogółem: 335.03 g; suma cukrów prostych: 115.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.53 g; Błonnik pokarmowy: 23.21 g; Sól: 3.88 g;		
piątek 2024-06-14		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, MIX SAŁAT* 15g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA KRUPNIK JĘCZMIENNY Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 100g (<i>SEL</i>), SOS GRECKI DIETA* 100g (<i>GLU, SEL</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml, SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 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% t 15g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, TWAROŻEK* 120g (<i>MLE</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, RZODKIEWKA 30g, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M. EX SAŁATY, POL DROB ANI 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2486.03 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10454.40 kJ; Białko ogółem: 110.15 g; Tłuszcz: 78.45 g; Węglowodany ogółem: 350.71 g; suma cukrów prostych: 92.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.72 g; Błonnik pokarmowy: 27.85 g; Sól: 6.56 g;		
piątek 2024-06-14		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 150ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, MIX SAŁAT* 15g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, II Śniadanie: SOK JABŁKOWY* 200ml,	ZUPA KRUPNIK JĘCZMIENNY Z ZIEMNIAKAMI* 200ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (<i>MLE</i>), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 100g (<i>SEL</i>), SOS GRECKI DIETA* 100g (<i>GLU, SEL</i>), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml, SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	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>), TWAROŻEK 120G ZE SZCZYPIORKIEM 5G* 120g (<i>MLE</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, RZODKIEWKA 30g, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M. EX SAŁATY, POL DROB ANI 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1765.48 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7436.88 kJ; Białko ogółem: 87.85 g; Tłuszcz: 45.11 g; Węglowodany ogółem: 265.16 g; suma cukrów prostych: 86.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.34 g; Błonnik pokarmowy: 22.29 g; Sól: 5.29 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-06-14		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
RYŻNA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), MIX SAŁATA* 15g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (MLE), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SOS GRECKI DIETA B/GLUT* 100g (SEL), SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 100g (SEL), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM Z/CIUK* 250ml, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), TWAROŻEK* 120g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, RZODKIEWKA 30g, Posiłek nocny: KANAPKA Z PIECZ B/GLUT 50G, M.EX, SAŁ, POL DROB ANI 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2202.76 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9232.07 kJ; Białko ogółem: 80.29 g; Tłuszcz: 75.27 g; Węglowodany ogółem: 307.71 g; suma cukrów prostych: 88.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.86 g; Błonnik pokarmowy: 23.69 g; Sól: 6.54 g;		
piątek 2024-06-14		
Dieta: PAKOWATA		
MAKARON ŚWID NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, JAJ, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA MIELONA* 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	ZUPA KRUPNIK JĘCZIENNY Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), PULPET RYBNY* 100g (GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS GRECKI DIETA* 100g (GLU, SEL), SOS KOPERKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM Z/CIUK* 250ml, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), TWAROŻEK* 120g (MLE), ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g, Posiłek nocny: PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE), SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/CIUK* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2313.68 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9733.87 kJ; Białko ogółem: 110.73 g; Tłuszcz: 68.63 g; Węglowodany ogółem: 327.74 g; suma cukrów prostych: 112.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.20 g; Błonnik pokarmowy: 26.28 g; Sól: 4.68 g;		
piątek 2024-06-14		
Dieta: PŁYNNA		
MAKARON ŚWIDERKI NA MLEKU PYNNA* 400ml (GLU, JAJ, MLE), JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA PŁYNNA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	PŁYNNA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KISIEL B/C* 150ml, KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM Z/CIUK* 250ml, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	PŁYNNA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), RYŻ Z JABŁKIEM* 200g (MLE), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2092.29 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8796.61 kJ; Białko ogółem: 110.15 g; Tłuszcz: 69.02 g; Węglowodany ogółem: 265.75 g; suma cukrów prostych: 62.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.55 g; Błonnik pokarmowy: 23.32 g; Sól: 3.25 g;		
piątek 2024-06-14		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (GLU, JAJ, MLE), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, MIX SAŁATA* 15g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 30G, M.R, SAŁ I JAJKA 1SZT* 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ),	ZUPA KRUPNIK JĘCZIENNY Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (GLU, MLE, SEL), RYŻBRAZOWY NA SYPKO* 200g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY Z OL* 100g, FASOLKA SZPARAGOWA GOT Z BUŁKĄ TARTĄ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ), Podwieczorek: MANDARYNKI* 150g,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), TWAROŻEK 120G ZE SZCZYPIORKIEM 5G* 120g (MLE), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, RZODKIEWKA 30g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX, SAŁ, POL DROB ANI 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2659.62 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11185.05 kJ; Białko ogółem: 113.36 g; Tłuszcz: 81.06 g; Węglowodany ogółem: 388.10 g; suma cukrów prostych: 73.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.37 g; Błonnik pokarmowy: 33.88 g; Sól: 6.86 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-06-15		
Dieta: PODSTAWOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g (<i>MLE, GOR</i>), OGÓREK ŚWIEŻY 60g, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml,	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), MAKARON PEŁNOZIARNISTY 200g (<i>GLU, JAJ, SOJ</i>), KLOPSIK DROBIOWY GOTOWANY ŻW* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS POMIDOROWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, RZODK, JABŁ, KUK Z JOG* 100g (<i>MLE</i>), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), POMIDOR * 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2303.41 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9525.92 kJ; Białko ogółem: 101.48 g; Tłuszcz: 71.70 g; Węglowodany ogółem: 323.37 g; suma cukrów prostych: 63.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.68 g; Błonnik pokarmowy: 33.77 g; Sól: 8.00 g;		
sobota 2024-06-15		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g (<i>MLE, GOR</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, JABŁKO 150g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml,	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY* 200g (<i>GLU, JAJ</i>), KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS POMIDOROWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, RZODK, JABŁ, KUK Z JOG* 100g (<i>MLE</i>), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), POMIDOR * 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2434.61 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10080.82 kJ; Białko ogółem: 104.43 g; Tłuszcz: 70.35 g; Węglowodany ogółem: 361.33 g; suma cukrów prostych: 76.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.42 g; Błonnik pokarmowy: 32.90 g; Sól: 7.87 g;		
sobota 2024-06-15		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYŚW. WĘGL.		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g (<i>MLE, GOR</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, OGÓREK ŚWIEŻY 60g, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), MAKARON PEŁNOZIARNISTY 200g (<i>GLU, JAJ, SOJ</i>), SOS POMIDOROWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, SURÓWKA Z KAP PEK, RZODK, JABŁ, KUK Z JOG* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, Podwieczorek: WAFEL RYŻOWY 2 SZT* 20g (<i>SEZ</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), POMIDOR * 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: CHLEB RAZOWY * 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 20g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2469.81 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10231.79 kJ; Białko ogółem: 108.23 g; Tłuszcz: 71.46 g; Węglowodany ogółem: 359.56 g; suma cukrów prostych: 62.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.51 g; Błonnik pokarmowy: 35.91 g; Sól: 8.99 g;		
sobota 2024-06-15		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g (<i>MLE, GOR</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, JABŁKO 150g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml,	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY* 200g (<i>GLU, JAJ</i>), KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS POMIDOROWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, SURÓWKA Z KAP PEK, RZODK, JABŁ, KUK Z JOG* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), POMIDOR * 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2514.51 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10433.92 kJ; Białko ogółem: 94.79 g; Tłuszcz: 63.39 g; Węglowodany ogółem: 405.54 g; suma cukrów prostych: 78.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.40 g; Błonnik pokarmowy: 30.42 g; Sól: 7.63 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-06-16		
Dieta: PODSTAWOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml ,	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), FILET Z KURCZAKA PANIEROWANY* 110g (<i>GLU, JAJ, SOJ, ORZ</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), JABŁKO 150g , KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA* 250g ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), 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>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2452.48 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9946.56 kJ; Białko ogółem: 106.18 g; Tłuszcz: 81.62 g; Węglowodany ogółem: 336.99 g; suma cukrów prostych: 82.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.27 g; Błonnik pokarmowy: 29.46 g; Sól: 5.67 g;		
niedziela 2024-06-16		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml ,	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), 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>), JABŁKO 150g , KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA* 250g ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 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>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2247.38 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9096.45 kJ; Białko ogółem: 111.66 g; Tłuszcz: 64.83 g; Węglowodany ogółem: 317.72 g; suma cukrów prostych: 84.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.67 g; Błonnik pokarmowy: 29.55 g; Sól: 5.36 g;		
niedziela 2024-06-16		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), 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>), JABŁKO 150g , 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, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, 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 RAZ 50G, M.EX, SAŁ, POL DROB ANI 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2413.34 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9794.16 kJ; Białko ogółem: 118.43 g; Tłuszcz: 69.17 g; Węglowodany ogółem: 343.83 g; suma cukrów prostych: 70.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.44 g; Błonnik pokarmowy: 31.43 g; Sól: 6.94 g;		
niedziela 2024-06-16		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml ,	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), 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* 250g , JABŁKO 150g ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 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>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2265.78 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9178.05 kJ; Białko ogółem: 110.62 g; Tłuszcz: 64.67 g; Węglowodany ogółem: 322.60 g; suma cukrów prostych: 84.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.65 g; Błonnik pokarmowy: 27.07 g; Sól: 5.36 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-06-16		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), PASTA Z TWAROGU* 70g (<i>MLE</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g ,	ZUPA KOPERKOWA ZMAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS MAJERANKOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), SZPINAK GOTOWANY* 150g (<i>GLU</i>), JABŁKO PIECZ/ 1szt , KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA* 250g ,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (<i>MLE</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , 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>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2202.39 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8912.80 kJ; Białko ogółem: 110.30 g; Tłuszcz: 60.41 g; Węglowodany ogółem: 316.08 g; suma cukrów prostych: 83.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.27 g; Błonnik pokarmowy: 26.22 g; Sól: 5.39 g;		
niedziela 2024-06-16		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 30g , WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), PASTA Z TWAROGU* 100g (<i>MLE</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA KOPERKOWA ZMAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS MAJERANKOWY* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), SZPINAK GOTOWANY* 150g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA* 250g , JABŁKO PIECZ 1szt , Podwieczorek: CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (<i>MLE</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , SCHAB GOT B/SOLI * 60g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2534.13 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10310.78 kJ; Białko ogółem: 128.92 g; Tłuszcz: 75.85 g; Węglowodany ogółem: 346.68 g; suma cukrów prostych: 95.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.28 g; Błonnik pokarmowy: 27.03 g; Sól: 4.68 g;		
niedziela 2024-06-16		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), 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* 250g , JABŁKO 150g , Podwieczorek: CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), 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>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2457.28 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9984.85 kJ; Białko ogółem: 119.37 g; Tłuszcz: 69.05 g; Węglowodany ogółem: 352.81 g; suma cukrów prostych: 96.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.71 g; Błonnik pokarmowy: 29.02 g; Sól: 6.05 g;		
niedziela 2024-06-16		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 200ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g (<i>MLE</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM* 200ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (<i>MLE</i>), 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>), JABŁKO 150g , 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, ORZ, 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>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1846.18 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7565.05 kJ; Białko ogółem: 102.26 g; Tłuszcz: 51.88 g; Węglowodany ogółem: 252.86 g; suma cukrów prostych: 85.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.81 g; Błonnik pokarmowy: 22.64 g; Sól: 4.69 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-06-16		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (<i>ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g (<i>MLE</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM B/ GLUT* 400ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), 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 , JABŁKO 150g , Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZ* 20g ,	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (<i>ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 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>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2239.29 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9046.90 kJ; Białko ogółem: 99.93 g; Tłuszcz: 65.53 g; Węglowodany ogółem: 319.07 g; suma cukrów prostych: 97.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.44 g; Błonnik pokarmowy: 26.62 g; Sól: 5.57 g;		
niedziela 2024-06-16		
Dieta: PAPPKOWATA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU MIX* 400ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g (<i>MLE</i>), WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA MIEL* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM MIX* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, 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>),	MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ ZC * 250ml , ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJONA Z MASŁEM* 35g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2508.10 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10190.92 kJ; Białko ogółem: 123.57 g; Tłuszcz: 77.38 g; Węglowodany ogółem: 342.98 g; suma cukrów prostych: 103.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.81 g; Błonnik pokarmowy: 29.29 g; Sól: 5.61 g;		
niedziela 2024-06-16		
Dieta: PŁYNNA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU PŁYNNA* 400ml (<i>JAJ, MLE</i>), GALARETKA OWOCOWA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , II Śniadanie: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>),	PŁYNNA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA* 250g , KISIEL* 150ml , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	PŁYNNA KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (<i>GLU, MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2111.24 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8519.54 kJ; Białko ogółem: 108.17 g; Tłuszcz: 69.75 g; Węglowodany ogółem: 270.83 g; suma cukrów prostych: 81.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.16 g; Błonnik pokarmowy: 23.88 g; Sól: 2.98 g;		
niedziela 2024-06-16		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), FILET KRÓLEWSKI Z INDYKA 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , PASTA Z TWAROGU 70G Z NATKĄ PIETR* 75g (<i>MLE</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , POMIDOR 60g , RZODKIEWKA 20g , II Śniadanie: MANDARYNKA* 150g ,	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM PEŁNOZIARNISTYM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), RYŻBRAZOWY NA SYPKO * 200g , 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 Z/C* 250g , JABŁKO 150g , Podwieczorek: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G, M.EX. ,SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>),	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), 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>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2601.06 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10603.35 kJ; Białko ogółem: 123.42 g; Tłuszcz: 60.23 g; Węglowodany ogółem: 407.66 g; suma cukrów prostych: 97.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.74 g; Błonnik pokarmowy: 42.37 g; Sól: 6.83 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-06-17		
Dieta: PODSTAWOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYMKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, OGÓREK ŚWIEŻY 60g, MIX SAŁAT* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE),	ZUPA BARSZCZ UKRAIŃSKI Z FASOLĄ BIAŁĄ* 400ml (GLU, MLE, SEL), RYŻ 200G Z JABŁKIEM I CYNAMONEM 100G* 300g, SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (MLE), ARBUZ* 150g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATKA JARZYNOWA ZW* 120g (JAJ, MLE, SEL, GOR), Posiłek nocny: CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 50g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA*/ 20g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2602.16 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10947.42 kJ; Białko ogółem: 86.65 g; Tłuszcz: 69.13 g; Węglowodany ogółem: 426.17 g; suma cukrów prostych: 126.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.44 g; Błonnik pokarmowy: 33.66 g; Sól: 8.67 g;		
poniedziałek 2024-06-17		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYMKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, MIX SAŁAT* 15g,	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), RYŻ 200G Z JABŁKIEM I CYNAMONEM 100G* 300g, ARBUZ* 150g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (MLE), JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (JAJ, MLE, SEL), Posiłek nocny: BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA*/ 20g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2517.51 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10595.78 kJ; Białko ogółem: 84.85 g; Tłuszcz: 65.01 g; Węglowodany ogółem: 414.08 g; suma cukrów prostych: 126.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.84 g; Błonnik pokarmowy: 29.74 g; Sól: 8.23 g;		
poniedziałek 2024-06-17		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYMKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), OGÓREK ŚWIEŻY 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, POWIDŁA JABŁKOWE* 50g, MIX SAŁAT* 15g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE), II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), RYŻ BRĄZOWY NA SYPKO* 200g, KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (MLE), ARBUZ* 150g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (JAJ, MLE, SEL), Posiłek nocny: CHLEB RAZOWY* 50g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA*/ 20g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2536.77 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10676.11 kJ; Białko ogółem: 103.70 g; Tłuszcz: 67.70 g; Węglowodany ogółem: 397.58 g; suma cukrów prostych: 95.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.61 g; Błonnik pokarmowy: 39.60 g; Sól: 10.32 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-06-17		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYMKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., MIX SAŁAT* 15g	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), RYŻ 200G Z JABŁKIEM I CYNAMONEM 100G* 300g, SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (MLE), ARBUZ* 150g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SZYMKOWA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (JAJ, MLE, SEL), Posiłek nocny: BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA*/ 20g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2527.91 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10643.58 kJ; Białko ogółem: 83.61 g; Tłuszcz: 64.27 g; Węglowodany ogółem: 418.60 g; suma cukrów prostych: 126.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.66 g; Błonnik pokarmowy: 27.56 g; Sól: 8.25 g;		
poniedziałek 2024-06-17		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYMKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., BROKUŁY GOTOWANE B/ŁODYGI 60g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml,	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), RYŻNA SYPKO* 200g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOLAMI* 100g, MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (GLU, MLE), KLOPSIK DROBIOWY GOTDIETA* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), KOMPOTZ CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SZYMKOWA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (JAJ, MLE, SEL), Posiłek nocny: BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA*/ 20g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2398.79 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10103.67 kJ; Białko ogółem: 92.88 g; Tłuszcz: 63.14 g; Węglowodany ogółem: 380.84 g; suma cukrów prostych: 75.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.30 g; Błonnik pokarmowy: 31.21 g; Sól: 8.35 g;		
poniedziałek 2024-06-17		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SCHAB GOTB/SOLI* 50g, DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., BROKUŁY GOTOWANE B/ŁODYGI 60g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), KLOPSIK DROBIOWY GOTDIETA* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), CUKINIA PAROWANA Z ZIOLAMI* 100g, MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (GLU, MLE), KOMPOTZ CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 100g (SEL), SAŁATKA JARZYNOWA 3skl.* 120g (MLE, SEL), Posiłek nocny: BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), SER BIAŁY KROJONY* 50g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2507.64 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10553.83 kJ; Białko ogółem: 120.41 g; Tłuszcz: 73.99 g; Węglowodany ogółem: 359.10 g; suma cukrów prostych: 87.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.59 g; Błonnik pokarmowy: 36.02 g; Sól: 5.27 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-06-17		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
<p>KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), OGÓREK ŚWIEŻY 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., MIX SAŁAT* 15g</p> <p>II Śniadanie: JABŁKO PIECZONE Z SEREM/ 1szt (<i>MLE</i>),</p>	<p>ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), RYŻ NA SYPKO* 200g, KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (<i>MLE</i>), ARBUZ* 150g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),</p>	<p>CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATKA JARZYNOWA 120g (<i>MLE, SEL</i>), Posiłek nocny: CHLEB RAZOWY* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA*/ 20g,</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2707.93 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11397.88 kJ; Białko ogółem: 105.81 g; Tłuszcz: 69.51 g; Węglowodany ogółem: 431.15 g; suma cukrów prostych: 123.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.14 g; Błonnik pokarmowy: 32.12 g; Sól: 8.87 g;</p>		
poniedziałek 2024-06-17		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
<p>KASZA MANNA NA MLEKU* 200ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, MIX SAŁAT* 15g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>),</p>	<p>ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 150ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), RYŻ 200G Z JABŁKIEM I CYNAMONEM 100G* 300g, ARBUZ* 150g, SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), Podwieczorek: BISZKOPTY B/CIUKRU* 20g (<i>GLU, JAJ, ORZ</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>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 80g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 30G, M.EX I SZYNKĄ DĘBOWĄ 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1696.18 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7149.05 kJ; Białko ogółem: 60.75 g; Tłuszcz: 31.54 g; Węglowodany ogółem: 303.08 g; suma cukrów prostych: 100.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.16 g; Błonnik pokarmowy: 19.96 g; Sól: 6.00 g;</p>		
poniedziałek 2024-06-17		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
<p>KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (<i>ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, MIX SAŁAT* 15g, DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),</p>	<p>ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM B/GLUTENU* 400ml (<i>MLE, SEL</i>), RYŻ BRAZOWY NA SYPKO * 200g, SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (<i>MLE</i>), ARBUZ* 150g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), Podwieczorek: WAFEL RYŻOWY 2 SZT* 20g (<i>SEZ</i>),</p>	<p>CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (<i>ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Posiłek nocny: KANAPKA Z PIECZB/GLUT 50G, M.EX, SAŁ, SZYNKA DĘBOWA 20G 1Por (<i>MLE, ORZ, SEZ</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2456.58 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9957.31 kJ; Białko ogółem: 71.28 g; Tłuszcz: 67.00 g; Węglowodany ogółem: 401.08 g; suma cukrów prostych: 127.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.34 g; Błonnik pokarmowy: 32.66 g; Sól: 8.24 g;</p>		
poniedziałek 2024-06-17		
Dieta: PAPKOWATA		
<p>KASZA MANNA NA MLEKU MIX* 400ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP MIELONA* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, JABŁKO PIECZONE* 150g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>),</p>	<p>ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM MIX* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), RYŻ NA SYPKO* 200g, KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, Podwieczorek: ARBUZ* 150g,</p>	<p>BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA MIELONA* 70g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Posiłek nocny: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g, SOK POMIDOROWY* 1szt,</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2424.17 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10211.53 kJ; Białko ogółem: 103.54 g; Tłuszcz: 57.78 g; Węglowodany ogółem: 391.38 g; suma cukrów prostych: 131.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.23 g; Błonnik pokarmowy: 37.59 g; Sól: 8.10 g;</p>		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-06-17		
Dieta: PŁYNNA		
KASZA MANNA NA MLEKU PIYNNA* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), KAKAO NA MLEKU B/C UKRU* 250ml (<i>MLE</i>), II Śniadanie: KISIEL* 150ml ,	PŁYNNA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>), Podwieczorek: KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (<i>GLU, MLE</i>),	PŁYNNA KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), HERBATA B/C UKRU* 250ml , Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2213.12 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9304.64 kJ; Białko ogółem: 118.32 g; Tłuszcz: 74.47 g; Węglowodany ogółem: 278.28 g; suma cukrów prostych: 86.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.28 g; Błonnik pokarmowy: 27.51 g; Sól: 4.94 g;		
poniedziałek 2024-06-17		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), KAKAO NA MLEKU B/C UKRU* 250ml (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, MIX SAŁATA* 15g, DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), RYŻ BRĄZOWY NA SYPKO* 200g, KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , ARB UZ* 150g , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), HERBATA B/C UKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , JABŁKO 150g , SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), Posiłek nocny: KANAPKA Z CHL RAZ, M. EX, SZYNKĄ DĘBOWĄ 20G* 1P or (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2711.86 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11412.40 kJ; Białko ogółem: 105.27 g; Tłuszcz: 68.47 g; Węglowodany ogółem: 439.83 g; suma cukrów prostych: 130.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.67 g; Błonnik pokarmowy: 41.63 g; Sól: 10.47 g;		
wtorek 2024-06-18		
Dieta: PODSTAWOWA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), SER ŻÓŁTY 20g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g, RUKOLA* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PIECZEŃ WP GOT* 80g, SOS PIECZENIOWY* 100g (<i>GLU, SEL</i>), SURÓWKA Z KAPUSTY MŁODEJ Z OL* 100g, FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), OGÓREK ŚW 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ ZI C* 250ml , Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2264.44 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9520.63 kJ; Białko ogółem: 105.03 g; Tłuszcz: 75.03 g; Węglowodany ogółem: 296.66 g; suma cukrów prostych: 67.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.68 g; Błonnik pokarmowy: 22.93 g; Sól: 8.11 g;		
wtorek 2024-06-18		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, RUKOLA* 15g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PIECZEŃ WP GOT* 80g, SOS PIECZENIOWY* 100g (<i>GLU, SEL</i>), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OL/ 100g, SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 80g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), BUKIET JARZYN GOT* 80g (<i>SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ ZI C* 250ml , Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2340.68 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9828.83 kJ; Białko ogółem: 113.59 g; Tłuszcz: 79.59 g; Węglowodany ogółem: 299.14 g; suma cukrów prostych: 74.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.77 g; Błonnik pokarmowy: 28.26 g; Sól: 7.72 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-06-18 Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), SER ŻÓŁTY 20g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, RUKOLA* 15g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: JABŁKO 150g,	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PIECZEŃ WP GOT* 80g, SOS PIECZENIOWY* 100g (<i>GLU, SEL</i>), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA ZOL/ 100g, FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, 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% 1 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), OGÓREK ŚW 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G, M.EX,SAŁ Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2524.72 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10600.56 kJ; Białko ogółem: 110.62 g; Tłuszcz: 87.47 g; Węglowodany ogółem: 331.39 g; suma cukrów prostych: 76.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.20 g; Błonnik pokarmowy: 29.53 g; Sól: 8.68 g;		
wtorek 2024-06-18 Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, RUKOLA* 15g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PIECZEŃ WP GOT* 80g, SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA ZOL/ 100g, SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), BUKIET JARZYN GOT* 80g (<i>SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2363.26 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9927.26 kJ; Białko ogółem: 113.44 g; Tłuszcz: 81.84 g; Węglowodany ogółem: 298.24 g; suma cukrów prostych: 68.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.45 g; Błonnik pokarmowy: 24.67 g; Sól: 7.68 g;		
wtorek 2024-06-18 Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ		
PŁATKI OWSIANE 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>), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (<i>MLE</i>), JABŁKO PRAŻONE* 60g, MARCHEW KARBOWANA Z ZIOŁAMI* 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PIECZEŃ WP GOT* 80g, SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), BUKIET JARZYN GOT* 80g (<i>SEL</i>), HERBATA B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2337.31 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9832.29 kJ; Białko ogółem: 114.90 g; Tłuszcz: 69.88 g; Węglowodany ogółem: 317.84 g; suma cukrów prostych: 78.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.28 g; Błonnik pokarmowy: 25.08 g; Sól: 7.85 g;		
wtorek 2024-06-18 Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
PŁATKI OWSIANE 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>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), JABŁKO PRAŻONE* 60g, MARCHEW KARBOWANA Z ZIOŁAMI* 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: WAFEL RYŻOWY 2 SZT* 20g (<i>SEZ</i>),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PIECZEŃ RZYMSKA* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, Podwieczorek: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 70g, BUKIET JARZYN GOT* 80g (<i>SEL</i>), HERBATA ZC* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2687.34 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11317.44 kJ; Białko ogółem: 120.54 g; Tłuszcz: 75.52 g; Węglowodany ogółem: 392.99 g; suma cukrów prostych: 101.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.47 g; Błonnik pokarmowy: 26.04 g; Sól: 5.49 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-06-18 Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g, RUKOLA* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PIECZEŃ WP GOT* 80g, SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA ZOL/ 100g, SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml, Podwieczorek: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), BUKIET JARZYN GOT* 80g (<i>SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50g, MEX Z SZYNKA Z INDYKA 20g* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2661.02 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11182.06 kJ; Białko ogółem: 123.92 g; Tłuszcz: 91.01 g; Węglowodany ogółem: 342.37 g; suma cukrów prostych: 85.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.66 g; Błonnik pokarmowy: 25.64 g; Sól: 8.87 g;		
wtorek 2024-06-18 Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
PŁATKI OWSIANE 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>), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g, RUKOLA* 15g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: JABŁKO 150g,	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 200ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 50ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA ZOL/ 100g, SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml, Podwieczorek: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 20g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYŃKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, BUKIET JARZYN GOT* 80g (<i>SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA* 5g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1863.33 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7833.89 kJ; Białko ogółem: 99.92 g; Tłuszcz: 54.52 g; Węglowodany ogółem: 247.53 g; suma cukrów prostych: 79.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.43 g; Błonnik pokarmowy: 23.06 g; Sól: 6.29 g;		
wtorek 2024-06-18 Dieta: BEZGLUTENOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (<i>ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, RUKOLA* 15g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: JABŁKO 150g,	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml (<i>MLE</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PIECZEŃ WP GOT* 80g, SOS JARZYNOWY B/GLUTENOWY* 100ml (<i>SEL</i>), BURACZKI GOTOWANE* 100g, FASOLKA SZPARAGOWA GOT* 100g, KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml, Podwieczorek: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),	BUKIET JARZYN GOT* 80g (<i>SEL</i>), CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (<i>ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA WP GOT B/SOLU* 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2390.15 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9671.18 kJ; Białko ogółem: 111.67 g; Tłuszcz: 77.28 g; Węglowodany ogółem: 313.20 g; suma cukrów prostych: 96.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.90 g; Błonnik pokarmowy: 28.11 g; Sól: 6.49 g;		
wtorek 2024-06-18 Dieta: PAPPKOWATA		
PŁATKI OWSIANE 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>), SZYNKA PIASTOWSKA WP MIELONA* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, MARCHEW KARBOWANA Z ZIOŁAMI* 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: JABŁKO PIECZONE* 150g,	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN MIX* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PIECZEŃ RZYMSKA* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml, Podwieczorek: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI MIEL* 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), BUKIET JARZYN GOT* 80g (<i>SEL</i>), ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2392.71 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10060.72 kJ; Białko ogółem: 123.80 g; Tłuszcz: 70.77 g; Węglowodany ogółem: 322.62 g; suma cukrów prostych: 100.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.58 g; Błonnik pokarmowy: 30.88 g; Sól: 8.18 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-06-18		
Dieta: PŁYNNA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU PŁYNNYM* 400ml (GLU, JAJ, MLE), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: KISIEL* 150ml, JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	PŁYNNA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KOMPOT Z MIESZOWY Z JABŁKIEM ZI/ CUK* 250ml, SOK JABŁKOWY* 200ml, Podwieczorek: BUDYŃ* 150ml (MLE),	PŁYNNA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU, MLE), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2227.58 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9370.80 kJ; Białko ogółem: 103.83 g; Tłuszcz: 73.19 g; Węglowodany ogółem: 297.34 g; suma cukrów prostych: 106.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.97 g; Błonnik pokarmowy: 23.34 g; Sól: 2.65 g;		
wtorek 2024-06-18		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR5G* 75g (MLE), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, RUKOLA* 15g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: JABŁKO 150g,	ZUPA ZACIERKOWA ZZIEMNA* 400ml (GLU, MLE, SEL), RYŻ BRAZOWY NA SYPKO* 200g, PIECZEŃ WP GOT* 80g, SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OL/ 100g, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z MIESZOWY Z JABŁKIEM ZI/ CUK* 250ml, Podwieczorek: SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOG* 130g (MLE),	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), OGÓREK ŚW 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), MIÓD JEDN 25g/op. 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2645.96 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11128.69 kJ; Białko ogółem: 112.90 g; Tłuszcz: 75.47 g; Węglowodany ogółem: 389.93 g; suma cukrów prostych: 82.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.99 g; Błonnik pokarmowy: 36.81 g; Sól: 7.88 g;		
środa 2024-06-19		
Dieta: PODSTAWOWA		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (GLU, JAJ, MLE), CHLEB RAZOWY* 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA Z PIERSI KURCZAKA* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g, SAŁATA ROSZPONKA* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g,	ZUPA JARZYNOWA Z KONCENT POM* ZW 400ml (GLU, MLE), KASZA GRYCZANA NA SYPKO 200g, ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS KOPERKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z CZERWONEJ KAP Z OL/ 100g, ARBUZ* 150g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), TWAROŻEK 120G ZE SZCZYPIORKIEM 5G* 120g (MLE), RZODKIEWKA 40g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX. SAŁATĄ, SZYNKĄ, TOSTOWĄ 20G 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2616.35 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10933.87 kJ; Białko ogółem: 111.89 g; Tłuszcz: 78.35 g; Węglowodany ogółem: 381.62 g; suma cukrów prostych: 62.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.58 g; Błonnik pokarmowy: 29.74 g; Sól: 5.23 g;		
środa 2024-06-19		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (GLU, JAJ, MLE), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA Z PIERSI KURCZAKA* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, POMIDOR 60g, SAŁATA ROSZPONKA* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml,	ZUPA JARZYNOWA Z KONCENTR POM* DIETA 400ml (GLU, MLE), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS KOPERKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z SELERA, JABŁKA Z JOGURT* 100g (MLE, SEL), ARBUZ* 150g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), TWAROŻEK* 120g (MLE), RZODKIEWKA 40g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX. SAŁATĄ, SZYNKĄ, TOSTOWĄ 20G 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2510.84 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10498.39 kJ; Białko ogółem: 108.45 g; Tłuszcz: 68.55 g; Węglowodany ogółem: 381.21 g; suma cukrów prostych: 59.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.90 g; Błonnik pokarmowy: 30.66 g; Sól: 5.78 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-06-19 Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z PIERSI KURCZAKA* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), POWIDŁA JABŁKOWE* 70g, PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g, SAŁATA ROSZPONKA* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA JARZYNOWA Z KONCENTR POM* DIETA 400ml (<i>GLU, MLE</i>), KASZA GRYCZANA NA SYPKO 200g, ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z SELERA, MARCHWI, JAB Z JOG* 100g (<i>MLE, SEL</i>), ARBUZ* 150g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, Podwieczorek: WAFEL RYŻOWY 2 SZT* 20g (<i>SEZ</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK 120G ZE SZCZYPIORKIEM 5G* 120g (<i>MLE</i>), RZODKIEWKA 40g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWY, M.EX, SAŁ, SZYNKĄ TOSTOWĄ 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2545.24 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10636.95 kJ; Białko ogółem: 118.53 g; Tłuszcz: 69.39 g; Węglowodany ogółem: 378.98 g; suma cukrów prostych: 75.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.55 g; Błonnik pokarmowy: 34.71 g; Sól: 5.72 g;		
środa 2024-06-19 Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z PIERSI KURCZAKA* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, POMIDOR 60g, SAŁATA ROSZPONKA* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml,	ZUPA JARZYNOWA Z KONCENTR POM* DIETA 400ml (<i>GLU, MLE</i>), KASZA JEĆCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z SELERA, JABŁKA Z JOGURT* 100g (<i>MLE, SEL</i>), ARBUZ* 150g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 120g (<i>MLE</i>), RZODKIEWKA 40g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX, SAŁATA, SZYNKĄ TOSTOWĄ 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2529.24 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10579.99 kJ; Białko ogółem: 107.41 g; Tłuszcz: 68.39 g; Węglowodany ogółem: 386.09 g; suma cukrów prostych: 60.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.87 g; Błonnik pokarmowy: 28.18 g; Sól: 5.78 g;		
środa 2024-06-19 Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z PIERSI KURCZAKA* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, HERBATA ZC* 250ml,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JEĆCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 120g (<i>MLE</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX, SAŁATA, SZYNKĄ TOSTOWĄ 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2704.79 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11324.33 kJ; Białko ogółem: 108.98 g; Tłuszcz: 73.90 g; Węglowodany ogółem: 417.10 g; suma cukrów prostych: 68.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.32 g; Błonnik pokarmowy: 31.32 g; Sól: 5.42 g;		
środa 2024-06-19 Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SCHAB GOTB/SOLI* 50g, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, HERBATA ZC* 250ml, II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 200ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, Podwieczorek: CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 70g, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX, SAŁATA, SZYNKĄ TOSTOWĄ 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2576.40 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10779.82 kJ; Białko ogółem: 121.39 g; Tłuszcz: 74.49 g; Węglowodany ogółem: 367.77 g; suma cukrów prostych: 72.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.85 g; Błonnik pokarmowy: 25.34 g; Sól: 4.58 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-06-19		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, SZYNKA Z PIERSI KURCZAKA* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), POMIDOR 60g, SAŁATA ROSZPONKA* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA JARZYNOWA Z KONCENTR POM* DIETA 400ml (<i>GLU, MLE</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z SELERA, MARCHWI, JAB Z JOG* 100g (<i>MLE, SEL</i>), ARBUZ* 150g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, Podwieczorek: CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (<i>GLU, JAJ, 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% 1 15g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 120g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX. SAŁATA, SZYNKA, TOSTOWĄ 20G 1P or (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2756.99 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11538.89 kJ; Białko ogółem: 117.59 g; Tłuszcz: 73.28 g; Węglowodany ogółem: 423.84 g; suma cukrów prostych: 73.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.85 g; Błonnik pokarmowy: 32.36 g; Sól: 5.95 g;		
środa 2024-06-19		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 200ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z PIERSI KURCZAKA* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25g/op. 1szt, POMIDOR 60g, SAŁATA ROSZPONKA* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA JARZYNOWA Z KONCENTR POM* DIETA 200ml (<i>GLU, MLE</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 100g (<i>GLU</i>), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z SELERA, MARCHWI, JAB Z JOG* 100g (<i>MLE, SEL</i>), ARBUZ* 150g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, Podwieczorek: DROŻDŻOWKA Z NADZIENIEM* 1szt,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 50g (<i>MLE</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 50g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX. POŁĘDWICY SOP. DROB. 20G* 1P or (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1900.53 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7994.86 kJ; Białko ogółem: 87.67 g; Tłuszcz: 51.08 g; Węglowodany ogółem: 285.91 g; suma cukrów prostych: 62.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.75 g; Błonnik pokarmowy: 24.23 g; Sól: 5.14 g;		
środa 2024-06-19		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
RYŻNA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (<i>ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z PIERSI KURCZAKA* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, POMIDOR 60g, SAŁATA ROSZPONKA* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA JARZYNOWA Z KONCENTR POM. B GLUT* 400ml (<i>MLE</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), BITKA DROB GOTOWANA B/GLUTENU* 80g, SOS JARZYNOWY B/ GLUTENOWY* 100ml (<i>SEL</i>), SURÓWKA Z SELERA, MARCHWI, JAB Z JOG* 100g (<i>MLE, SEL</i>), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, ARBUZ* 150g, Podwieczorek: MANDARYNKA* 150g,	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (<i>ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 120g (<i>MLE</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA Z/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z PIECZB/GLUT 50G, M.EX. SAŁ, SZYNKA TOSTOWĄ 20G* 1P or (<i>MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2355.26 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9817.75 kJ; Białko ogółem: 88.97 g; Tłuszcz: 69.24 g; Węglowodany ogółem: 353.71 g; suma cukrów prostych: 99.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.30 g; Błonnik pokarmowy: 30.35 g; Sól: 5.49 g;		
środa 2024-06-19		
Dieta: PAPPKOWATA		
MAKARON ŚWID NA MLEKU MIX* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z PIERSI KURCZAKA MIELONA* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, Podwieczorek: CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 120g (<i>MLE</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2443.43 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10282.61 kJ; Białko ogółem: 118.98 g; Tłuszcz: 69.07 g; Węglowodany ogółem: 352.76 g; suma cukrów prostych: 83.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.02 g; Błonnik pokarmowy: 32.72 g; Sól: 5.59 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-06-19		
Dieta: PŁYNNA		
MAKARON ŚWIDERKI NA MLEKU PYNNA* 400ml (GLU, JAJ, MLE), KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: KISIEL* 150ml ,	PŁYNNA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), WODA ŻRÓDLANA NIEGAZ500ml , SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE), Podwieczorek: GALARETKA OWOCOWA PŁYNNA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	PŁYNNA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), RYŻ Z JABŁKIEM* 200g (MLE), HERBATA OWOCOWA ZHIBISKUSEM B/C* 250ml , Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2059.33 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8658.33 kJ; Białko ogółem: 109.36 g; Tłuszcz: 68.68 g; Węglowodany ogółem: 259.05 g; suma cukrów prostych: 59.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.71 g; Błonnik pokarmowy: 23.12 g; Sól: 3.46 g;		
środa 2024-06-19		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA Z PIERSI KURCZAKA* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt , POMIDOR 60g , SAŁATA ROSZPONKA* 15g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: KISIEL Z TARTYM JABŁKIEM Z CUKR* 150ml ,	ZUPA JARZYNOWA Z KONCENTR POM* DIETA 400ml (GLU, MLE), KASZA GRYCZANA NA SYPKO 200g , ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS KOPERKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z SELEERA, MARCHWI, JAB Z JOG* 100g (MLE, SEL), ARBUZ* 150g , WODA ŻRÓDLANA NIEGAZ500ml , Podwieczorek: MANDARYNKA* 150g ,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), TWAROŻEK 120G ZE SZCZYPIORKIEM 5G* 120g (MLE), RZODKIEWKA 40g , HERBATA OWOCOWA ZHIBISKUSEM B/C* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G, M.EX, SAŁ, SZYNKĄ TOSTOWĄ 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2651.42 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11093.25 kJ; Białko ogółem: 112.76 g; Tłuszcz: 67.68 g; Węglowodany ogółem: 417.26 g; suma cukrów prostych: 82.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.96 g; Błonnik pokarmowy: 37.12 g; Sól: 5.83 g;		
czwartek 2024-06-20		
Dieta: PODSTAWOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (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), SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), OGÓREK ŚWIEŻY 60g , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR),	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml (MLE), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), ESKALOPKA Z PIERSI Z KURCZAKA* 110g (GLU, JAJ, MLE), SAŁATA LODOWA Z JOGURTEM* 100g (MLE), MARCHEW ZASMAŻANA* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 70g , RZODKIEW BIAŁA 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2295.48 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9286.24 kJ; Białko ogółem: 104.93 g; Tłuszcz: 84.66 g; Węglowodany ogółem: 290.30 g; suma cukrów prostych: 61.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.61 g; Błonnik pokarmowy: 26.15 g; Sól: 7.15 g;		
czwartek 2024-06-20		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB GRAHAM* 50g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), JABŁKO 150g , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR),	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml (MLE), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), FILET Z KURCZAKA PIECZONY W ZIOŁACH PROWANSALSKICH* 80g , SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (GLU, MLE, SEL), SAŁATA LODOWA Z JOGURTEM* 100g (MLE), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 80g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 70g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2261.82 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9147.07 kJ; Białko ogółem: 111.59 g; Tłuszcz: 73.97 g; Węglowodany ogółem: 300.69 g; suma cukrów prostych: 72.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.65 g; Błonnik pokarmowy: 30.63 g; Sól: 7.22 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-06-20		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), OGÓREK ŚWIEŻY 60g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml (<i>MLE</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), FILET Z KURCZAKA PIECZONY W ZIOŁACH PROWANSALSKICH* 80g, SOS ZNATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), SAŁATA LODOWA Z JOGURTEM* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, Podwieczorek: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 30G,M,R, SAŁ,ZSZYNKA Z INDYKA 20G 1Pα (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 70g, RZODKIEW BIAŁA 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G,M,EX ,SAI, POL SOP DR 20G* 1Pα (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2360.27 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9565.84 kJ; Białko ogółem: 114.31 g; Tłuszcz: 77.78 g; Węglowodany ogółem: 315.56 g; suma cukrów prostych: 52.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.60 g; Błonnik pokarmowy: 32.52 g; Sól: 8.92 g;		
czwartek 2024-06-20		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), SZYNKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), POMIDOR 60g, JABŁKO 150g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml (<i>MLE</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), FILET Z KURCZAKA PIECZONY W ZIOŁACH PROWANSALSKICH* 80g, SOS ZNATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SAŁATA LODOWA Z JOGURTEM* 100g (<i>MLE</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 70g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>), JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2289.12 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9266.47 kJ; Białko ogółem: 110.52 g; Tłuszcz: 75.96 g; Węglowodany ogółem: 302.14 g; suma cukrów prostych: 74.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.24 g; Błonnik pokarmowy: 26.31 g; Sól: 7.05 g;		
czwartek 2024-06-20		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), PASTA Z BIAŁKA JAJKA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), SZYNKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, JABŁKO PRAŻONE* 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml (<i>MLE</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), FILET Z KURCZAKA PIECZONY W ZIOŁACH PROWANSALSKICH* 80g, SOS ZNATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 70g, BUKIET JARZYN GOT* 80g (<i>SEL</i>), HERBATA B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>), JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2366.38 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9590.66 kJ; Białko ogółem: 114.15 g; Tłuszcz: 80.46 g; Węglowodany ogółem: 308.14 g; suma cukrów prostych: 70.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.77 g; Błonnik pokarmowy: 26.24 g; Sól: 7.51 g;		
czwartek 2024-06-20		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.WS.ŻOŁ		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SCHAB GOT B/SOLI* 50g, PASTA Z BIAŁKA JAJKA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, JABŁKO PRAŻONE* 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml (<i>MLE</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS ZNATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZ* 20g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 60g, BUKIET JARZYN GOTOWANY* 80g (<i>SEL</i>), HERBATA B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>), JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2559.80 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10409.00 kJ; Białko ogółem: 127.96 g; Tłuszcz: 85.62 g; Węglowodany ogółem: 332.93 g; suma cukrów prostych: 85.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.42 g; Błonnik pokarmowy: 27.67 g; Sól: 4.78 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-06-20		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), JABŁKO 150g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml (<i>MLE</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), FILET Z KURCZAKA PIECZONY W ZIOŁACH PROWANSALSKICH* 80g, SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SAŁATA LODOWA Z JOGURTEM* 100g (<i>MLE</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, Podwieczorek: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWY, MEX, SAŁ. Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 70g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>), JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2555.60 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10389.03 kJ; Białko ogółem: 120.73 g; Tłuszcz: 82.21 g; Węglowodany ogółem: 345.93 g; suma cukrów prostych: 85.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.62 g; Błonnik pokarmowy: 29.32 g; Sól: 8.34 g;		
czwartek 2024-06-20		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 150ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA WP* 30g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), POMIDOR* 50g, JABŁKO PRAŻONE* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: KISIEL* 150ml,	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 200ml (<i>MLE</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (<i>MLE</i>), FILET Z KURCZAKA PIECZONY W ZIOŁACH PROWANSALSKICH* 80g, SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SAŁATA LODOWA Z JOGURTEM* 100g (<i>MLE</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, Podwieczorek: BANAN 1szt,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 50g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1813.61 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7486.34 kJ; Białko ogółem: 90.27 g; Tłuszcz: 49.00 g; Węglowodany ogółem: 263.66 g; suma cukrów prostych: 100.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.54 g; Błonnik pokarmowy: 23.01 g; Sól: 4.94 g;		
czwartek 2024-06-20		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (<i>ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), JABŁKO 150g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml (<i>MLE</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), FILET Z KURCZAKA PIECZONY W ZIOŁACH PROWANSALSKICH* 80g, SOS JARZYNOWY B/GLUTENOWY* 100ml (<i>SEL</i>), SAŁATA LODOWA Z JOGURTEM* 100g (<i>MLE</i>), MARCHEW GOTOWANA B/GLUTENOWA KOSTKA 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, Podwieczorek: SOK POMIDOROWY* 1szt,	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (<i>ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 70g, RZODKIEW BIAŁA 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2317.13 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9365.15 kJ; Białko ogółem: 96.50 g; Tłuszcz: 76.39 g; Węglowodany ogółem: 319.56 g; suma cukrów prostych: 97.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.40 g; Błonnik pokarmowy: 31.72 g; Sól: 8.44 g;		
czwartek 2024-06-20		
Dieta: PAPPKOWATA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU MIX* 400ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), PASTA JAJECZNA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), SZYMKOWA WP MIELONA* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), POMIDOR B/SKÓRY 60g, JABŁKO PRAŻONE* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN MIX* 400ml, ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, Podwieczorek: BANAN 1szt,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA MIELONA* 70g, ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>), JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2319.71 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9406.14 kJ; Białko ogółem: 112.84 g; Tłuszcz: 70.63 g; Węglowodany ogółem: 321.32 g; suma cukrów prostych: 114.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.79 g; Błonnik pokarmowy: 27.98 g; Sól: 6.53 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-06-20		
Dieta: PŁYNNA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU PŁYNNA* 400ml (JAJ, MLE), SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: KISIEL* 150ml ,	PŁYNNA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), Podwieczorek: GALARETKA OWOCOWA PŁYNNA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	PŁYNNA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), BUDYŃ* 150ml (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2168.38 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8760.65 kJ; Białko ogółem: 112.54 g; Tłuszcz: 72.30 g; Węglowodany ogółem: 275.65 g; suma cukrów prostych: 86.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.10 g; Błonnik pokarmowy: 24.92 g; Sól: 3.37 g;		
czwartek 2024-06-20		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), SZYMKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), JABŁKO 150g , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMNI* 400ml (MLE), MAKARON PEŁNOZIARNISTY* 200g (GLU, JAJ, SOJ), FILET Z KURCZAKA PIECZONY W ZIOŁACH PROWANSALSKICH* 80g, SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (GLU, MLE, SEL), SAŁATA LODOWA Z JOGURTEM* 100g (MLE), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , Podwieczorek: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWY, M. EX. ZOGÓR, PAPP 30G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ),	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), SZYNKA DROBOWA GOTOWANA* 70g , RZODKIEW BIAŁA 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: PODPŁOYMIKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE), JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2736.40 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11162.07 kJ; Białko ogółem: 128.60 g; Tłuszcz: 77.37 g; Węglowodany ogółem: 391.69 g; suma cukrów prostych: 87.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.55 g; Błonnik pokarmowy: 39.22 g; Sól: 8.32 g;		
piątek 2024-06-21		
Dieta: PODSTAWOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), TWAROŻEK* 70g (MLE), POMIDOR 60g , SAŁATA LODOWA* 20g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g ,	ZUPA GROCHOWA Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, MLE), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), RYBA FILET SMAŻONY (MIRUNA)* 110g (GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, SO2), SOS GRECKI PODSTAWA* 100g (GLU, SEL, GOR), ARBUZ* 150g, KOMPOT ZMIESZOW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), POLĘDWICA SOP DROB* 70g (SOJ), BURACZKI Z CHRZANEM * 70g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M. EX. SAŁATY Z SEREM ŻÓŁTOG 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2560.84 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10768.87 kJ; Białko ogółem: 112.78 g; Tłuszcz: 85.97 g; Węglowodany ogółem: 350.93 g; suma cukrów prostych: 66.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.24 g; Błonnik pokarmowy: 32.95 g; Sól: 8.76 g;		
piątek 2024-06-21		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), TWAROŻEK* 70g (MLE), SAŁATA LODOWA* 20g , POMIDOR 60g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g ,	ZUPA KOPERKOWA Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (GLU, MLE, SEL), SOS GRECKI DIETA* 100g (GLU, SEL), MANDARYNKA 100g, KOMPOT ZMIESZOW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 80g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), POLĘDWICA SOP DROB* 70g (SOJ), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M. EX. SAŁATY, POL DROB ANI 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2210.38 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9298.48 kJ; Białko ogółem: 102.12 g; Tłuszcz: 69.17 g; Węglowodany ogółem: 310.89 g; suma cukrów prostych: 61.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.91 g; Błonnik pokarmowy: 31.19 g; Sól: 8.66 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-06-21		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), TWAROŻEK* 70g (MLE), POMIDOR 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA KOPERKOWA ZMAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), RYBA FILETPIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (GLU, MLE, SEL), SOS GRECKI DIETA* 100g (GLU, SEL), MANDARYNKA 100g, KOMPOT ZMIESZOW Z JABŁKIEM Z/CIUK* 250ml, Podwieczorek: WAFEL RYŻOWY 2 SZT* 20g (SEZ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (SOJ), BURACZKI Z CHRZANEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX, SAŁ., POL DROB ANI 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2365.38 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9958.98 kJ; Białko ogółem: 108.05 g; Tłuszcz: 70.78 g; Węglowodany ogółem: 339.20 g; suma cukrów prostych: 69.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.56 g; Błonnik pokarmowy: 30.34 g; Sól: 9.16 g;		
piątek 2024-06-21		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), TWAROŻEK* 70g (MLE), POMIDOR 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g,	ZUPA KOPERKOWA ZMAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), RYBA FILETPIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (GLU, MLE, SEL), SOS GRECKI DIETA* 100g (GLU, SEL), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM Z/CIUK* 250ml, MANDARYNKA 100g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (SOJ), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M. EX, SAŁATY, POL DROB ANI 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2284.78 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9616.68 kJ; Białko ogółem: 102.48 g; Tłuszcz: 73.07 g; Węglowodany ogółem: 318.29 g; suma cukrów prostych: 63.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.02 g; Błonnik pokarmowy: 26.61 g; Sól: 8.55 g;		
piątek 2024-06-21		
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), TWAROŻEK* 70g (MLE), BROKUŁY GOTOWANE BŁODYGI 60g, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g,	ZUPA KOPERKOWA ZMAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), RYBA FILETPIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (GLU, MLE, SEL), SOS GRECKI B/KONC. POMIDOR. 100g (GLU, SEL), DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), KOMPOT ZMIESZOW Z JABŁKIEM Z/CIUK* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 10g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (SOJ), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M. EX, SAŁATY, POL DROB ANI 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2319.73 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9768.29 kJ; Białko ogółem: 107.07 g; Tłuszcz: 70.04 g; Węglowodany ogółem: 331.43 g; suma cukrów prostych: 64.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.11 g; Błonnik pokarmowy: 30.84 g; Sól: 8.75 g;		
piątek 2024-06-21		
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), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), TWAROŻEK* 70g (MLE), BROKUŁY GOTOWANE BŁODYGI 60g, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA KOPERKOWA ZMAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), RYBA FILETPIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (GLU, MLE, SEL), SOS GRECKI B/KONC. POMIDOR. 100g (GLU, SEL), DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), KOMPOT ZMIESZOW Z JABŁKIEM Z/CIUK* 250ml, Podwieczorek: WAFEL RYŻOWY 2 SZT* 20g (SEZ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 10g (MLE), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 70g, BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), KANAPKA Z BUŁKI 50G, M. EX, POL DROB ANI 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2426.96 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10217.44 kJ; Białko ogółem: 120.60 g; Tłuszcz: 77.91 g; Węglowodany ogółem: 325.87 g; suma cukrów prostych: 68.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.79 g; Błonnik pokarmowy: 29.68 g; Sól: 7.26 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-06-21		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g, KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA LODOWA* 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA KOPERKOWA Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SOS GRECKI DIETA* 100g (<i>GLU, SEL</i>), MANDARYNKA 100g, KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml, Podwieczorek: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, POLĘDWICA SOP DROB* 70g (<i>SOJ</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX, POL DROB ANI 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2419.92 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10188.23 kJ; Białko ogółem: 122.80 g; Tłuszcz: 76.58 g; Węglowodany ogółem: 323.84 g; suma cukrów prostych: 72.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.40 g; Błonnik pokarmowy: 26.43 g; Sól: 9.94 g;		
piątek 2024-06-21		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 150ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA KOPERKOWA Z MAKARONEM* 200ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (<i>MLE</i>), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SOS GRECKI DIETA* 100g (<i>GLU, SEL</i>), MANDARYNKA 100g, KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, Podwieczorek: BISZKOPTY B/CUKRU* 20g (<i>GLU, JAJ, ORZ</i>),	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>), SZYNKA LITEWSKA* 50g, BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 30G, M.EX, POL DROB ANI 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1542.07 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6499.12 kJ; Białko ogółem: 84.97 g; Tłuszcz: 43.96 g; Węglowodany ogółem: 212.01 g; suma cukrów prostych: 57.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.92 g; Błonnik pokarmowy: 20.21 g; Sól: 7.33 g;		
piątek 2024-06-21		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (<i>ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI B/GLU* 400ml (<i>MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SOS GRECKI DIETA* 100g (<i>GLU, SEL</i>), MANDARYNKA 100g, KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml, Podwieczorek: WAFEL RYŻOWY 2 SZT* 20g (<i>SEZ</i>),	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (<i>ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), POLĘDWICA SOP DROB* 70g (<i>SOJ</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: KANAPKA Z PIECZ B/GLUT 50G, M.EX, SAŁ, POL DROB ANI 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2262.42 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9497.68 kJ; Białko ogółem: 88.78 g; Tłuszcz: 72.70 g; Węglowodany ogółem: 320.78 g; suma cukrów prostych: 78.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.65 g; Błonnik pokarmowy: 28.23 g; Sól: 8.76 g;		
piątek 2024-06-21		
Dieta: PAPHOWATA		
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>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYMKOWA WP MIELONA* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOL* 60g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA KOPERKOWA Z MAKARONEM B/ML MIX* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PULPET RYBNY * 100g (<i>GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SOS GRECKI B/KONC. POMIDOR. 100g (<i>GLU, SEL</i>), DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml, Podwieczorek: BISZKOPTY B/C* 20g (<i>GLU, JAJ, ORZ</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), POLĘDWICA SOP DROB MIEL* 70g (<i>SOJ</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2222.11 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9353.87 kJ; Białko ogółem: 113.25 g; Tłuszcz: 66.78 g; Węglowodany ogółem: 308.78 g; suma cukrów prostych: 88.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.99 g; Błonnik pokarmowy: 34.11 g; Sól: 9.09 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-06-21		
Dieta: PŁYNNA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU PŁYNNYM* 400ml (GLU, JAJ, MLE), JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA PŁYNNY* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	PŁYNNY OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml , KISIEL* 150ml , Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	PŁYNNY KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), BUDYŃ* 150ml (MLE), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2043.85 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8594.23 kJ; Białko ogółem: 103.19 g; Tłuszcz: 69.26 g; Węglowodany ogółem: 260.29 g; suma cukrów prostych: 80.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.17 g; Błonnik pokarmowy: 23.41 g; Sól: 3.26 g;		
piątek 2024-06-21		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYŃKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), TWAROŻEK* 70g (MLE), POMIDOR 60g , SAŁATA LODOWA* 20g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA KOPERKOWA Z MAKARONEM PEŁNOZIARNISTYM* 400ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), RYŻ BRAZOWY NA SYPKO* 200g , RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (GLU, MLE, SEL), SOS GRECKI DIETA* 100g (GLU, SEL), MANDARYNKA 100g , KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml , Podwieczorek: JABŁKO PIECZONE* 150g ,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (SOJ), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX, SAŁ, POL DROB ANI 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2512.29 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10583.68 kJ; Białko ogółem: 112.09 g; Tłuszcz: 66.28 g; Węglowodany ogółem: 384.75 g; suma cukrów prostych: 83.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.74 g; Błonnik pokarmowy: 40.21 g; Sól: 9.44 g;		
sobota 2024-06-22		
Dieta: PODSTAWOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g (MLE, GOR), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), OGÓREK ŚWEŻY 60g , JABŁKO 150g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml ,	ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI ZW* 400ml (GLU, MLE, SEL), RYŻNA SYPKO* 200g , GULASZ DROBIOWY Z NATKĄ PIETR* 180g (GLU), BUKIET WARZYW GOTKRÓLEWSKI* 100g (MLE), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOG* 100g (MLE), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: BUDYŃ* 150ml (MLE), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2318.33 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9595.57 kJ; Białko ogółem: 95.63 g; Tłuszcz: 64.41 g; Węglowodany ogółem: 353.34 g; suma cukrów prostych: 77.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.37 g; Błonnik pokarmowy: 30.13 g; Sól: 6.21 g;		
sobota 2024-06-22		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g (MLE, GOR), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , JABŁKO 150g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml ,	ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (GLU, MLE, SEL), RYŻNA SYPKO* 200g , GULASZ DROBIOWY Z NATKĄ PIETR* 180g (GLU), BUKIETWARZYW GOT KRÓLEWSKI* 100g (MLE), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOG* 100g (MLE), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 80g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2292.90 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9481.53 kJ; Białko ogółem: 96.47 g; Tłuszcz: 66.82 g; Węglowodany ogółem: 342.03 g; suma cukrów prostych: 73.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.38 g; Błonnik pokarmowy: 32.97 g; Sól: 6.21 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-06-22		
Dieta: PŁYNNA		
KASZA MANNA NA MLEKU PIYNNNA* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml , GALARETKA OWOCOWA PLYNNNA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>), II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	PŁYNNNA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml , Podwieczorek: KISIEL* 150ml ,	PŁYNNNA KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1904.75 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8008.78 kJ; Białko ogółem: 92.62 g; Tłuszcz: 63.29 g; Węglowodany ogółem: 249.81 g; suma cukrów prostych: 73.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.36 g; Błonnik pokarmowy: 24.10 g; Sól: 3.45 g;		
sobota 2024-06-22		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g (<i>MLE, GOR</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), POMIDOR 60g , JABŁKO 150g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , II Śniadanie: POMARAŃCZA (100g) 0.5szt ,	ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), RYŻNA SYPKO* 200g , GULASZ DROBIOWY Z NATKĄ PIETR* 180g (<i>GLU</i>), BUKIETWARZYW GOT KRÓLEWSKI* 150g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml , SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOG* 100g (<i>MLE</i>), Podwieczorek: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWY , M. EX. SAŁ. Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SURÓWKA Z KAP PEK Z PAPRYKĄ 100g , Posiłek nocny: SOK JABŁKOWY* 200ml , PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2662.54 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11042.40 kJ; Białko ogółem: 101.77 g; Tłuszcz: 73.16 g; Węglowodany ogółem: 418.20 g; suma cukrów prostych: 94.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.37 g; Błonnik pokarmowy: 40.07 g; Sól: 8.60 g;		
niedziela 2024-06-23		
Dieta: PODSTAWOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g , SER ŻÓŁTY 20g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KALAFIOR GOTOWANY* 60g ,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDKO PIECZONE * 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), MARCHEW Z GROSZKIEM* 100g (<i>GLU, MLE</i>), SURÓWKA Z KAP PEK , POMID. KUK Z JOG* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), BUKIET JARZYN GOT* 80g (<i>SEL</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2346.19 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9855.54 kJ; Białko ogółem: 124.53 g; Tłuszcz: 82.24 g; Węglowodany ogółem: 293.08 g; suma cukrów prostych: 57.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.62 g; Błonnik pokarmowy: 32.13 g; Sól: 8.57 g;		
niedziela 2024-06-23		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g , TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KALAFIOR GOTOWANY* 60g ,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDKO GOTOWANE* 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , SURÓWKA Z KAP PEK , POMID. KUK Z JOG* 100g (<i>MLE</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 80g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), BUKIET JARZYN GOT* 80g (<i>SEL</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2347.78 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9861.91 kJ; Białko ogółem: 131.78 g; Tłuszcz: 80.11 g; Węglowodany ogółem: 292.02 g; suma cukrów prostych: 59.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.48 g; Błonnik pokarmowy: 34.39 g; Sól: 8.14 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-06-23		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g , TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KALAFIOR GOTOWANY* 60g , II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt ,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDKO GOTOWANE* 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), MARCHEW Z GROSZKIEM* 100g (<i>GLU, MLE</i>), SURÓWKA Z KAP PEK ,POMID,KUK Z JOG* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml , Podwieczorek: JABŁKO 150g ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BUKIET JARZYN GOT* 80g (<i>SEL</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G ,M.EX,SAŁ Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2538.28 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10660.97 kJ; Białko ogółem: 133.40 g; Tłuszcz: 84.38 g; Węglowodany ogółem: 331.29 g; suma cukrów prostych: 67.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.06 g; Błonnik pokarmowy: 39.89 g; Sól: 10.23 g;		
niedziela 2024-06-23		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), KALAFIOR GOTOWANY* 60g ,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDKO GOTOWANE* 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , SURÓWKA Z KAP PEK ,POMID,KUK Z JOG* 100g (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), BUKIET JARZYN GOT* 80g (<i>SEL</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2422.18 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10180.11 kJ; Białko ogółem: 132.14 g; Tłuszcz: 84.01 g; Węglowodany ogółem: 299.42 g; suma cukrów prostych: 61.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.59 g; Błonnik pokarmowy: 29.81 g; Sól: 8.02 g;		
niedziela 2024-06-23		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g , JABŁKO PIECZONE* 150g , TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , BUKIET JARZYN GOT* 60g (<i>SEL</i>),	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDKO GOTOWANE* 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2479.40 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10422.95 kJ; Białko ogółem: 132.98 g; Tłuszcz: 80.65 g; Węglowodany ogółem: 320.19 g; suma cukrów prostych: 77.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.96 g; Błonnik pokarmowy: 29.77 g; Sól: 8.17 g;		
niedziela 2024-06-23		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
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>), TWAROŻEK* 110g (<i>MLE</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt. JABŁKO PIECZONE* 150g , BUKIET JARZYN GOT* 60g (<i>SEL</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , II Śniadanie: KISIEL* 150ml ,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 10g (<i>MLE</i>), SCHAB GOT B/SOLI * 70g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g , Posiłek nocny: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g , BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2513.25 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10581.42 kJ; Białko ogółem: 124.14 g; Tłuszcz: 67.40 g; Węglowodany ogółem: 369.66 g; suma cukrów prostych: 117.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.81 g; Błonnik pokarmowy: 32.21 g; Sól: 4.96 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-06-23		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
<p>PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g , TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KALAFIOR GOTOWANY* 60g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml ,</p> <p>II Śniadanie: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),</p>	<p>ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDKO GOTOWANE* 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , SURÓWKA Z KAP PEK ,POMID,KUK Z JOG* 100g (<i>MLE</i>),</p> <p>Podwieczorek: JABŁKO 150g ,</p>	<p>CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BUKIET JARZYN GOT* 80g (<i>SEL</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g ,</p> <p>Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2604.26 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10946.75 kJ; Białko ogółem: 137.09 g; Tłuszcz: 85.31 g; Węglowodany ogółem: 339.05 g; suma cukrów prostych: 90.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.79 g; Błonnik pokarmowy: 34.04 g; Sól: 8.27 g;</p>		
niedziela 2024-06-23		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
<p>PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 200ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , TWAROŻEK* 50g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , KALAFIOR GOTOWANY* 60g ,</p> <p>II Śniadanie: KISIEL Z TARTYM JABŁKIEM Z CUKR* 150ml ,</p>	<p>ROSÓŁ Z MAKARONEM* 200ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDKO GOTOWANE* 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 70g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , SURÓWKA Z KAP PEK ,POMID,KUK Z JOG* 100g (<i>MLE</i>),</p> <p>Podwieczorek: JABŁKO 150g ,</p>	<p>BUŁKA PSZENNNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), BUKIET JARZYN GOT* 80g (<i>SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml ,</p> <p>Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1924.23 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8079.88 kJ; Białko ogółem: 111.06 g; Tłuszcz: 67.37 g; Węglowodany ogółem: 231.88 g; suma cukrów prostych: 73.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.60 g; Błonnik pokarmowy: 27.31 g; Sól: 6.42 g;</p>		
niedziela 2024-06-23		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
<p>RYŻNA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), PIECZYWO B/GLUTENOWE* 100g (<i>ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g , TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , KALAFIOR GOTOWANY* 60g ,</p> <p>II Śniadanie: KISIEL* 150ml ,</p>	<p>ROSÓŁ Z MAKARONEM BEZGLUTEN* 400ml (<i>JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDKO GOTOWANE* 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), MARCHEW GOTOWANA * 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , SURÓWKA Z KAP PEK ,POMID,KUK Z JOG* 100g (<i>MLE</i>),</p> <p>Podwieczorek: JABŁKO 150g ,</p>	<p>PIECZYWO B/GLUTENOWE* 120g (<i>ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BUKIET JARZYN GOT* 80g (<i>SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml ,</p> <p>Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2389.24 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10014.99 kJ; Białko ogółem: 113.96 g; Tłuszcz: 86.21 g; Węglowodany ogółem: 298.36 g; suma cukrów prostych: 86.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.07 g; Błonnik pokarmowy: 29.60 g; Sól: 7.28 g;</p>		
niedziela 2024-06-23		
Dieta: PAPPKOWATA		
<p>PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU MIX* 400ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA MIELONA* 50g , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , JABŁKO PIECZONE* 150g , BUKIET JARZYN GOT* 60g (<i>SEL</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>),</p> <p>II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szł,</p>	<p>ROSÓŁ Z MAKARONEM MIX* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml ,</p> <p>Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),</p>	<p>BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , ZJPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g ,</p> <p>Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2330.18 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9805.47 kJ; Białko ogółem: 124.68 g; Tłuszcz: 64.70 g; Węglowodany ogółem: 330.27 g; suma cukrów prostych: 104.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.56 g; Błonnik pokarmowy: 36.31 g; Sól: 8.79 g;</p>		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-06-23		
Dieta: PŁYNNA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU PŁYNNYM* 400ml (GLU, JAJ, MLE), JOGURT NATURALNY 1ml (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA PŁYNNYM* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	PŁYNNY OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, KISIEL* 150ml, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	PŁYNNY KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), RYŻ Z JABŁKIEM* 200g (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: PŁYNNY PN* 250ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2219.56 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9326.98 kJ; Białko ogółem: 101.81 g; Tłuszcz: 73.83 g; Węglowodany ogółem: 298.82 g; suma cukrów prostych: 62.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.57 g; Błonnik pokarmowy: 32.45 g; Sól: 2.91 g;		
niedziela 2024-06-23		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, TWAROŻEK* 70g (MLE), KALAFIOR GOTOWANY* 60g, II Śniadanie: KISIEL Z TARTYM JABŁKIEM B/CUKRU* 150ml,	ROSÓL Z MAKARONEM PEŁNOZIARNISTYM* 400ml (GLU, JAJ, SOJ, SEL), RYŻ BRĄZOWY NA SYPKO* 150g, UDKO GOTOWANE* 160g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUK Z JOG* 100g (MLE), Podwieczorek: JABŁKO 150g,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 10g (MLE), SURÓWKA WARZYWNA Z OGÓRKIEM KISZ Z OLEJEM* 130g (SEL), SAŁATA MASŁOWA* 5g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (MLE, GOR, SO2), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), SOK POMIDOROWY* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2423.36 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10182.59 kJ; Białko ogółem: 128.60 g; Tłuszcz: 76.07 g; Węglowodany ogółem: 324.84 g; suma cukrów prostych: 81.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.63 g; Błonnik pokarmowy: 45.37 g; Sól: 9.01 g;		

Dietetyk

.....