

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny | | |
|--|--|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| wtorek 2024-03-19 | | |
| 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>), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), PASTA JAJECZNA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), POMIDOR 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, 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>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, 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>), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 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]: 2371.36 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9606.87 kJ; Białko ogółem: 109.84 g; Tłuszcz: 78.65 g; Węglowodany ogółem: 318.19 g; suma cukrów prostych: 72.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.12 g; Błonnik pokarmowy: 39.42 g; Sól: 6.28 g; | | |
| wtorek 2024-03-19 | | |
| Dieta: PODSTAWOWA BEZ MLEKA | | |
| KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350ml (<i>MLE, SEL</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>), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), PASTA JAJECZNA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), POMIDOR 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, | ZUPA KAPUŚNIAK Z BIAŁEJ KAP Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, SZTUKA MIĘSA WP 80G W SOSIE CHRZANOWYM 100G B/ML 200g (<i>GLU</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ Z OLEJEM*/ 100g, BROKUŁY GOTOWANE 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 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>), PASTA Z CIECIERZYCY Z WARZYWAMI* 100g (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>), MIÓD JEDN 25g/op 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, SAŁ, M.EX, SZYNKI Z INDYKA 20G* 1Pα (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2388.37 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9678.53 kJ; Białko ogółem: 94.60 g; Tłuszcz: 75.84 g; Węglowodany ogółem: 345.49 g; suma cukrów prostych: 41.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.22 g; Błonnik pokarmowy: 42.23 g; Sól: 6.59 g; | | |
| wtorek 2024-03-19 | | |
| 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>), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), PASTA JAJECZNA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), POMIDOR 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), | ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIANKAMI * 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, PASTA DROBOWO-WARZYWNA* 100g (<i>SEL, GOR</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2348.94 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9523.98 kJ; Białko ogółem: 121.20 g; Tłuszcz: 71.18 g; Węglowodany ogółem: 324.13 g; suma cukrów prostych: 70.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.20 g; Błonnik pokarmowy: 38.20 g; Sól: 6.69 g; | | |
| wtorek 2024-03-19 | | |
| Dieta: ŁATWOSTR. BEZ MLEKA | | |
| KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350ml (<i>MLE, SEL</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>), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), PASTA JAJECZNA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, | ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMN B/MLEKA* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (<i>GLU</i>), SOS Z NATKĄ PIETRUSZKI B/ML* 100ml (<i>GLU, SEL</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ Z OLEJEM*/ 100g, BROKUŁY GOTOWANE * 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 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>), PASTA DROBOWO-WARZYWNA* 100g (<i>SEL, GOR</i>), MIÓD JEDN 25g/op 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, SAŁ, M.EX, SZYNKI Z INDYKA 20G* 1Pα (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2398.42 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9725.88 kJ; Białko ogółem: 103.75 g; Tłuszcz: 74.33 g; Węglowodany ogółem: 347.80 g; suma cukrów prostych: 36.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.28 g; Błonnik pokarmowy: 39.97 g; Sól: 6.96 g; | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny | | |
|--|---|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| wtorek 2024-03-19 | | |
| Dieta: ŁATWOSTR. POŁOŻNICZA | | |
| KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNĄ KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 20g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), PASTA JAJECZNA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), POMIDOR B/SKÓRY 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: GALARETKA MLECZNA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>), | ZUPA JARZYNOWA Z 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</i>), BROKUŁY GOTOWANE * 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, | BUŁKA PSZENNĄ KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 20g (<i>MLE</i>), PASTA DROBOWO-WARZYNNA* 100g (<i>SEL, GOR</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2559.65 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10409.48 kJ; Białko ogółem: 124.65 g; Tłuszcz: 84.19 g; Węglowodany ogółem: 341.22 g; suma cukrów prostych: 61.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.96 g; Błonnik pokarmowy: 32.49 g; Sól: 5.87 g; | | |
| wtorek 2024-03-19 | | |
| 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 ŻYTN* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), PASTA JAJECZNA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</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 B/CUKRU* 250ml, Podwieczorek: MANDARYNKA* 150g, | CHLEB PSZENNO-ŻYTN* 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>), PASTA Z CIECIERZYCY ZWARZYWAMI* 100g (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>), MARCHEW ŚW. W PASTRACH 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]: 2592.02 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10548.75 kJ; Białko ogółem: 118.17 g; Tłuszcz: 74.42 g; Węglowodany ogółem: 380.25 g; suma cukrów prostych: 85.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.26 g; Błonnik pokarmowy: 48.45 g; Sól: 7.44 g; | | |
| wtorek 2024-03-19 | | |
| Dieta: Z OGR.Ł/PRZYSW.WĘGL.B/S | | |
| KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTN* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 50g, PASTA JAJECZNA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), | ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI B/SOLI* 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: MANDARYNKA* 150g, | CHLEB PSZENNO ŻYTN* 40g (<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>), PASTA Z CIECIERZYCY ZWARZYWAMI* 100g (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>), MARCHEW ŚW. W PASTRACH 80g, 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]: 2517.35 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10235.05 kJ; Białko ogółem: 125.54 g; Tłuszcz: 73.57 g; Węglowodany ogółem: 354.47 g; suma cukrów prostych: 89.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.06 g; Błonnik pokarmowy: 45.63 g; Sól: 5.35 g; | | |
| wtorek 2024-03-19 | | |
| Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL. 1500 | | |
| KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 150ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO-ŻYTN* 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), PASTA JAJECZNA* 50g (<i>JAJ, MLE</i>), POMIDOR 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: KANAPKA Z CHL RAZOWY, MEX, SAŁ, SZYNKI Z INDYKA 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>), | ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAK* 150ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 75g (<i>GLU</i>), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (<i>GLU</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: MANDARYNKA* 100g, | CHLEB PSZENNO-ŻYTN* 20g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 5g (<i>MLE</i>), PASTA Z CIECIERZYCY ZWARZYWAMI* 100g (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW ŚW. W PASTRACH 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1595.89 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6498.07 kJ; Białko ogółem: 84.07 g; Tłuszcz: 44.23 g; Węglowodany ogółem: 226.91 g; suma cukrów prostych: 52.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.00 g; Błonnik pokarmowy: 36.45 g; Sól: 6.71 g; | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny | | |
|---|---|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| wtorek 2024-03-19 | | |
| Dieta: Z OGR ŁATW PRZYŚW WĘGL1500B/ML | | |
| <p>KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 150ml (MLE, SEL), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), PASTA JAJECZNA* 50g (JAJ, MLE), POMIDOR 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CUKRU* 250ml,</p> <p>II Śniadanie: KANAPKA Z CHL RAZ 30G, M.EX, SAŁ, SZYNKI Z INDYKA 20G* 1Pα (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),</p> | <p>ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMN B/MLEKA* 200ml (GLU, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 75g (GLU), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (GLU), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ Z OLEJEM*/ 100g, BROKUŁY GOTOWANE * 100g, KOMPOTZ CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml,</p> <p>Podwieczorek: MANDARYNKA* 100g,</p> | <p>CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 20g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 5g (MLE), PASTA Z CIECIERZYCY ZWARZYWAMI* 80g (GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g,</p> <p>Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),</p> |
| <p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1590.37 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6470.10 kJ; Białko ogółem: 80.23 g; Tłuszcz: 46.51 g; Węglowodany ogółem: 225.57 g; suma cukrów prostych: 46.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.25 g; Błonnik pokarmowy: 36.93 g; Sól: 6.62 g;</p> | | |
| wtorek 2024-03-19 | | |
| Dieta: Z OGR ŁATW PRZYŚW WĘGL. B/ML | | |
| <p>KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350ml (MLE, SEL), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 50g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, PASTA JAJECZNA* 60g (JAJ, MLE), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g,</p> <p>II Śniadanie: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 30G, M.R, SAŁ, Z SZYNKA Z INDYKA 30G 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),</p> | <p>ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMN B/MLEKA* 400ml (GLU, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (GLU), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ Z OLEJEM*/ 100g, BROKUŁY GOTOWANE * 100g, KOMPOTZ CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml,</p> <p>Podwieczorek: MANDARYNKA* 150g,</p> | <p>CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 15g (MLE), PASTA Z CIECIERZYCY ZWARZYWAMI* 100g (GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g,</p> <p>Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),</p> |
| <p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2400.88 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9729.00 kJ; Białko ogółem: 98.49 g; Tłuszcz: 75.42 g; Węglowodany ogółem: 351.29 g; suma cukrów prostych: 59.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.37 g; Błonnik pokarmowy: 52.54 g; Sól: 8.06 g;</p> | | |
| wtorek 2024-03-19 | | |
| Dieta: Z OGR ŁATW PRZYŚW WĘGLNISKOTŁ | | |
| <p>KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), PASTA Z BIAŁKA JAJKA I WĘDLLINY* 60g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR),</p> <p>II Śniadanie: KANAPKA Z CHL RAZ 30G, M.EX, SZYNKI Z INDYKA 20G* 1Pα (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),</p> | <p>ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (GLU), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (GLU, MLE, SEL), JABŁKO PIECZONE* 150g, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml,</p> <p>Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,</p> | <p>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% # 5g (MLE), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 100g (SEL, GOR), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g,</p> <p>Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),</p> |
| <p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2409.24 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9789.43 kJ; Białko ogółem: 121.49 g; Tłuszcz: 56.89 g; Węglowodany ogółem: 372.25 g; suma cukrów prostych: 72.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.94 g; Błonnik pokarmowy: 41.65 g; Sól: 7.41 g;</p> | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny | | |
|---|--|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| wtorek 2024-03-19 | | |
| 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 PSZENNNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), POMIDOR 60g, PASTA Z BIAŁKA JAJKA I WĘDLINNY* 60g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, | 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, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, SURÓWKA Z KAP PEK,MARCH,JABŁ Z JOG*/ 100g (<i>MLE</i>), | BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), PASTA Z CIECIERZYCY Z WARZYWAMI* 100g (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2391.82 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9710.14 kJ; Białko ogółem: 112.66 g; Tłuszcz: 67.79 g; Węglowodany ogółem: 346.15 g; suma cukrów prostych: 72.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.46 g; Błonnik pokarmowy: 40.47 g; Sól: 6.88 g; | | |
| wtorek 2024-03-19 | | |
| Dieta: O KONT.ZAW.KW.TŁ B/M | | |
| KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350ml (<i>MLE, SEL</i>), CHLEB RAZOWY * 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PASTA Z BIAŁKA JAJKA I WĘDLINNY* 60g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, | ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMN B/MLEKA* 400ml (<i>GLU, 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 ZOLEJEM*/ 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, | CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, 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, MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ 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]: 2265.15 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9163.20 kJ; Białko ogółem: 94.80 g; Tłuszcz: 69.60 g; Węglowodany ogółem: 329.56 g; suma cukrów prostych: 37.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.19 g; Błonnik pokarmowy: 43.07 g; Sól: 7.18 g; | | |
| wtorek 2024-03-19 | | |
| Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ. | | |
| KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), PASTA Z BIAŁKA JAJKA I WĘDLINNY* 60g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), | ZUPA JARZYNOWA 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</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, | BUŁKA PSZENNNA KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (<i>MLE</i>), PASTA DROBOWO-WARZYWNA* 100g (<i>SEL, GOR</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2380.72 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9668.08 kJ; Białko ogółem: 117.27 g; Tłuszcz: 64.71 g; Węglowodany ogółem: 347.45 g; suma cukrów prostych: 72.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.26 g; Błonnik pokarmowy: 32.49 g; Sól: 6.39 g; | | |
| wtorek 2024-03-19 | | |
| Dieta: ŁATWOSTRAWNA BEZ TŁ | | |
| KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), PASTA Z BIAŁKA JAJKA I WĘDLINNY* 60g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), | ZUPA JARZYNOWA 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>), JABŁKO PIECZONE* 150g, SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, | BUŁKA PSZENNNA KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), PASTA DROBOWO-WARZYWNA* 100g (<i>SEL, GOR</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 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]: 2259.24 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9168.48 kJ; Białko ogółem: 117.87 g; Tłuszcz: 49.57 g; Węglowodany ogółem: 351.68 g; suma cukrów prostych: 73.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.74 g; Błonnik pokarmowy: 34.85 g; Sól: 6.49 g; | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny | | |
|---|---|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| wtorek 2024-03-19 Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ | | |
| KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), MIÓD 50g , PASTA Z BIAŁKA JAJKA I WĘDŁLINY* 60g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), HERBATA B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: GALARETKA MLECZNA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>), | ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , ZRAZWP 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</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g , | BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% † 10g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 120g (<i>MLE</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 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]: 2302.26 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9339.81 kJ; Białko ogółem: 106.85 g; Tłuszcz: 58.84 g; Węglowodany ogółem: 349.87 g; suma cukrów prostych: 68.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.25 g; Błonnik pokarmowy: 30.00 g; Sól: 4.53 g; | | |
| wtorek 2024-03-19 Dieta: BOGATOBIAŁKOWA | | |
| KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNĄ KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), PASTA JAJECZNA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), POMIDOR 60g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , 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-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 DROBOWO-WARZYWNA* 100g (<i>SEL, GOR</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 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]: 2482.34 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10087.98 kJ; Białko ogółem: 126.48 g; Tłuszcz: 71.24 g; Węglowodany ogółem: 352.71 g; suma cukrów prostych: 87.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.74 g; Błonnik pokarmowy: 39.92 g; Sól: 6.87 g; | | |
| wtorek 2024-03-19 Dieta: DZIECIĘCA 1-3 | | |
| KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 150ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNĄ KROJ * 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), PASTA JAJECZNA* 50g (<i>JAJ, MLE</i>), SZYNKA Z LIŚCIEM* 30g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR* 50g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: GALARETKA MLECZNA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>), | ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAK* 150ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (<i>MLE</i>), FILET Z KURCZAKA PIECZONY W ZIOŁACH PROWANSALSKICH* 60g , BROKUŁY GOTOWANE * 80g , SZPINAK GOTOWANY* 80g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , Podwieczorek: MANDARYNKA* 150g , | BUŁKA PSZENNĄ KROJ * 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 50g (<i>MLE</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , 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]: 1236.33 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 4984.58 kJ; Białko ogółem: 72.61 g; Tłuszcz: 40.61 g; Węglowodany ogółem: 153.81 g; suma cukrów prostych: 48.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.40 g; Błonnik pokarmowy: 19.95 g; Sól: 2.99 g; | | |
| wtorek 2024-03-19 Dieta: DZIECIĘCA 4-9 | | |
| KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 200ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNĄ KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), PASTA JAJECZNA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: GALARETKA MLECZNA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>), | ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAK* 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: MANDARYNKA* 150g , | BUŁKA PSZENNĄ KROJ * 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), PASTA DROBOWO-WARZYWNA* 100g (<i>SEL, GOR</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 50g , 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]: 1692.56 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6838.20 kJ; Białko ogółem: 98.74 g; Tłuszcz: 48.67 g; Węglowodany ogółem: 227.30 g; suma cukrów prostych: 65.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.00 g; Błonnik pokarmowy: 27.96 g; Sól: 6.03 g; | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny | | |
|--|--|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| wtorek 2024-03-19 | | |
| Dieta: DZIECIĘCA 10-18 | | |
| 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>), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), PASTA JAJE CZNA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: GALARETKA MLECZNA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>), | ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI * 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, FILET ZKURCZAKA 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: MANDARYNKA* 150g, | BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PASTA DROBOWO-WARZYWNA* 100g (<i>SEL, GOR</i>), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g, 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]: 2305.78 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9343.49 kJ; Białko ogółem: 119.54 g; Tłuszcz: 72.13 g; Węglowodany ogółem: 310.85 g; suma cukrów prostych: 86.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.42 g; Błonnik pokarmowy: 35.48 g; Sól: 7.29 g; | | |
| wtorek 2024-03-19 | | |
| Dieta: DZIECIĘCA POOPERACYJNA | | |
| KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 200ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), POLEDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), PASTA Z BIAŁKA JAJKA I WĘDLINY* 60g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), HERBATA B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: GALARETKA MLECZNA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>), | ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 200ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (<i>MLE</i>), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g, SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g, | BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), PASTA DROBOWO-WARZYWNA* 100g (<i>SEL, GOR</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2018.94 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8204.71 kJ; Białko ogółem: 109.67 g; Tłuszcz: 60.88 g; Węglowodany ogółem: 270.92 g; suma cukrów prostych: 54.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.16 g; Błonnik pokarmowy: 28.24 g; Sól: 6.75 g; | | |
| wtorek 2024-03-19 | | |
| Dieta: BIEGUNKOWA | | |
| KLEIK Z KASZY MANNY* 400g (<i>GLU</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), POWIDŁA JABLKOWE* 50g, SUCHARY* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>), HERBATA B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml, | ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml (<i>MLE, SEL</i>), ZIEMNIKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET WIEPRZOWY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARCHEW GOTOWANA * 150g (<i>MLE</i>), HERBATA B/CUKRU* 250ml, Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g, | BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), RYŻ Z JABŁKIEM* 200g (<i>MLE</i>), SUCHARY* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>), KLEIK Z KASZY MANNY* 400g (<i>GLU</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SUCHARY 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1658.14 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6992.40 kJ; Białko ogółem: 58.45 g; Tłuszcz: 34.43 g; Węglowodany ogółem: 287.48 g; suma cukrów prostych: 30.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.78 g; Błonnik pokarmowy: 32.67 g; Sól: 2.34 g; | | |
| wtorek 2024-03-19 | | |
| 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>), POLEDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), PASTA JAJE CZNA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), POMIDOR 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CUKRU* 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>), ZIEMNIKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, 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: MANDARYNKA* 150g, | PIECZYWO B/GLUTENOWE* 120g (<i>ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 15g (<i>MLE</i>), PASTA DROBOWO-WARZYWNA* 100g (<i>SEL, GOR</i>), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2199.90 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8872.35 kJ; Białko ogółem: 99.62 g; Tłuszcz: 72.35 g; Węglowodany ogółem: 299.16 g; suma cukrów prostych: 86.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.97 g; Błonnik pokarmowy: 35.77 g; Sól: 7.57 g; | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny | | |
|---|---|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| wtorek 2024-03-19 Dieta: P APKOWATA | | |
| 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>), POŁĘDWICA SOP DROB MIEL* 50g (<i>SOJ</i>), PASTA JAJECZNA* 60g (<i>JAJ, 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: GALARETKA MLECZNA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>), | ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g, SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, Podwieczorek: SOK JABŁKOWY* 200ml, | 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>), PASTA DROBOWO-WARZYWNA* 100g (<i>SEL, GOR</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2224.96 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9002.67 kJ; Białko ogółem: 120.05 g; Tłuszcz: 67.60 g; Węglowodany ogółem: 298.22 g; suma cukrów prostych: 97.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.66 g; Błonnik pokarmowy: 30.51 g; Sól: 4.71 g; | | |
| wtorek 2024-03-19 Dieta: P APKOWATA CIUKRYCOWA | | |
| 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>), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), PASTA JAJECZNA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), | ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g, SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g, | 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>), PASTA DROBOWO-WARZYWNA* 100g (<i>SEL, GOR</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, 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]: 2281.35 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9236.74 kJ; Białko ogółem: 126.06 g; Tłuszcz: 70.38 g; Węglowodany ogółem: 300.65 g; suma cukrów prostych: 88.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.25 g; Błonnik pokarmowy: 31.67 g; Sól: 5.13 g; | | |
| wtorek 2024-03-19 Dieta: P APKOWATA BEZ MLEKA | | |
| KASZA KUKURYDZIANA NA WYW JARZ MIX* 400ml (<i>MLE, SEL</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOP DROB MIEL* 50g (<i>SOJ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, PASTA JAJECZNA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml, | ZUPA JARZYNOWA Z ZIEM B/ML MIX* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, 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</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZ* 20g, | 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>), PASTA DROBOWO-WARZYWNA* 100g (<i>SEL, GOR</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, Posiłek nocny: RYŻ Z JABŁKIEM* 200g (<i>MLE</i>), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1981.17 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7940.52 kJ; Białko ogółem: 96.46 g; Tłuszcz: 56.70 g; Węglowodany ogółem: 288.03 g; suma cukrów prostych: 54.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.12 g; Błonnik pokarmowy: 35.99 g; Sól: 3.86 g; | | |
| wtorek 2024-03-19 Dieta: P ŁYNNA | | |
| KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU PŁYNNA* 400ml (<i>JAJ, MLE</i>), GALARETKA OWOCOWA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>), 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>), | PŁYNNA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), SOK POMIDOROWY* 1szt, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), | PŁYNNA KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2016.16 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8116.60 kJ; Białko ogółem: 116.70 g; Tłuszcz: 71.05 g; Węglowodany ogółem: 236.65 g; suma cukrów prostych: 66.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.17 g; Błonnik pokarmowy: 26.67 g; Sól: 4.95 g; | | |
| wtorek 2024-03-19 Dieta: S ONDA | | |
| S ONDA MLECZNA* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>), JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: S ONDA 2 ŚN, PODW* 300ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), | S ONDA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), SOK POMIDOROWY* 1szt, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), | S ONDA KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (<i>GLU</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: S ONDA PN* 250ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2835.76 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11898.55 kJ; Białko ogółem: 138.40 g; Tłuszcz: 107.03 g; Węglowodany ogółem: 343.15 g; suma cukrów prostych: 86.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 61.54 g; Błonnik pokarmowy: 40.42 g; Sól: 4.63 g; | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny | | |
|---|---|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| wtorek 2024-03-19 | | |
| Dieta: SONDA BEZ MLEKA | | |
| SONDA B/ MLEKA ŚN* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), SOK JABŁKOWY* 200ml, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: SONDA 2 ŚN, PODW* 300ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), | SONDA B/MLEKA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), SOK POMIDOROWY* 1szt., KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, Podwieczorek: GALARETKA OWOCOWA PŁYNNA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>), | SONDA B/ML KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (<i>GLU</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt., |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2407.59 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10111.87 kJ; Białko ogółem: 103.28 g; Tłuszcz: 76.06 g; Węglowodany ogółem: 344.69 g; suma cukrów prostych: 75.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.74 g; Błonnik pokarmowy: 46.73 g; Sól: 4.88 g; | | |
| wtorek 2024-03-19 | | |
| Dieta: KLEIKOWA | | |
| KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (<i>GLU</i>), SUCHARY* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, | KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (<i>GLU</i>), SUCHARY* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, | KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (<i>GLU</i>), SUCHARY* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SUCHARY* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 745.48 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 3153.44 kJ; Białko ogółem: 23.41 g; Tłuszcz: 9.41 g; Węglowodany ogółem: 141.40 g; suma cukrów prostych: 0.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.10 g; Błonnik pokarmowy: 18.88 g; Sól: 1.19 g; | | |
| wtorek 2024-03-19 | | |
| Dieta: WEGETARIAŃSKA | | |
| KASZA KUKURDYZIANA 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>), SER ŻÓŁTY* 60g (<i>MLE</i>), PASTA JAJECZNA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: GALARETKA MLECZNA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>), | ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZOTTO WEGAŃSKIE Z SOSEM KOPERKOWYM* 350g (<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: MANDARYNKA* 150g, | 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 WARZYWNA* 80g (<i>SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, 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]: 2416.64 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9793.25 kJ; Białko ogółem: 93.95 g; Tłuszcz: 88.17 g; Węglowodany ogółem: 332.63 g; suma cukrów prostych: 91.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.59 g; Błonnik pokarmowy: 43.77 g; Sól: 7.73 g; | | |
| wtorek 2024-03-19 | | |
| Dieta: BOGATORESZTKOWA | | |
| KASZA KUKURDYZIANA 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>), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), PASTA JAJECZNA* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), POMIDOR 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, 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: MANDARYNKA* 150g, | 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% 15g (<i>MLE</i>), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 100g (<i>SEL, GOR</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 100g, 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]: 2536.65 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10321.83 kJ; Białko ogółem: 122.47 g; Tłuszcz: 69.54 g; Węglowodany ogółem: 375.38 g; suma cukrów prostych: 103.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.63 g; Błonnik pokarmowy: 41.39 g; Sól: 7.08 g; | | |

Dietetyk