Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-02-20	**Dieta: PODSTAWOWA**	
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (***MLE***), CHLEB RAZOWY* 50g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt, MASŁO EXTRA 82% 15g (***MLE***), POLĘDWICA SOP DROB* 50g (***SOJ***), PASTA JAJECZNA* 60g (***JAJ, MLE***), POMIDOR 60g , JABŁKO 150g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (***GLU, SOJ, MLE, GOR***),	ZUPA KAPUŚNIAK ZBIAŁEJ KAP Z ZIEMN* 400ml (***GLU, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, SZTUKA MIĘSA WP 80G W SOSIE CHRZANOWYM 100G 200g (***GLU, MLE***), BROKUŁY GOTOWANE * 100g , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH,JABŁ,KUK Z OLEJ* 100g ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), CHLEB RAZOWY* 60g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g (***MLE***), SAŁATA MASŁOWA 10g , TWAROŻEK Z KOPERKIEM* 120g (***MLE***), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g , **Posiłek nocny:** JOGURT NATURALNY 150ml (***MLE***), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2368.69 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9603.22 kJ; Białko ogółem: 122.38 g; Tłuszcz: 73.13 g; Węglowodany ogółem: 320.54 g; suma cukrów prostych: 83.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.28 g; Błonnik pokarmowy: 34.48 g; Sól: 5.38 g;		
wtorek 2024-02-20	**Dieta: PODSTAWOWA BEZ MLEKA**	
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350ml (***MLE, SEL***), CHLEB RAZOWY* 50g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt, MASŁO EXTRA 82% 15g (***MLE***), POLĘDWICA SOP DROB* 50g (***SOJ***), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , PASTA JAJECZNA* 60g (***JAJ, MLE***), HERBATA B/CUKRU* 250ml , JABŁKO 150g ,	ZUPA KAPUŚNIAK ZBIAŁEJ KAP Z ZIEMN* 400ml (***GLU, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , SZTUKA MIĘSA WP 80G W SOSIE CHRZANOWYM 100G 200g (***GLU, MLE***), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH,JABŁ,KUK Z OLEJ* 100g , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , BROKUŁY GOTOWANE 100g ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), CHLEB RAZOWY* 60g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g (***MLE***), SZYNKOWA WP. DĘBOWA* 70g (***SOJ, MLE, GOR, SO2***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g , MIÓD JEDN 25g/op 50g , **Posiłek nocny:** KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G ,M.EX,SAŁ. Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2319.65 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9392.81 kJ; Białko ogółem: 97.48 g; Tłuszcz: 68.75 g; Węglowodany ogółem: 343.36 g; suma cukrów prostych: 48.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.14 g; Błonnik pokarmowy: 37.94 g; Sól: 7.35 g;		
wtorek 2024-02-20	**Dieta: ŁATWOSTRAWNA**	
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (***MLE***), CHLEB GRAHAM* 40g , BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt , MASŁO EXTRA 82% 15g (***MLE***), POLĘDWICA SOP DROB* 50g (***SOJ***), SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (***GLU, SOJ, MLE, GOR***), POMIDOR 60g , PASTA JAJECZNA* 60g (***JAJ, MLE***), JABŁKO 150g ,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI * 400ml (***GLU, MLE, SEL***), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (***GLU***), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (***GLU***), SOS ZNATKĄ PIETR* 100ml (***GLU, MLE, SEL***), DYNIA DUSZONA* 100g (***GLU***), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , SURÓWKA Z KAP PEK,MARCH,JABŁ Z JOG*/ 100g ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), CHLEB GRAHAM* 40g , MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g (***MLE***), SAŁATA MASŁOWA 10g , TWAROŻEK Z KOPERKIEM* 120g (***MLE***), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g , **Posiłek nocny:** JOGURT NATURALNY 150ml (***MLE***), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2435.94 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9888.61 kJ; Białko ogółem: 125.11 g; Tłuszcz: 71.43 g; Węglowodany ogółem: 340.88 g; suma cukrów prostych: 84.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.26 g; Błonnik pokarmowy: 37.63 g; Sól: 6.34 g;		
wtorek 2024-02-20	**Dieta: ŁATWOSTR. BEZ MLEKA**	
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350ml (***MLE, SEL***), CHLEB GRAHAM* 40g , BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt, MASŁO EXTRA 82% 15g (***MLE***), POLĘDWICA SOP DROB* 50g (***SOJ***), PASTA JAJECZNA* 60g (***JAJ, MLE***), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , JABŁKO 150g , HERBATA B/CUKRU* 250ml ,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMN B/MLEKA* 400ml (***GLU, SEL***), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (***GLU***), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (***GLU***), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH,JABŁ,KUK Z OLEJ* 100g , SOS ZNATKĄ PIETR* 100ml (***GLU, MLE, SEL***), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , DYNIA DUSZONA* 100g (***GLU***),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), CHLEB GRAHAM* 40g , MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g (***MLE***), SZYNKOWA WP. DĘBOWA* 70g (***SOJ, MLE, GOR, SO2***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g , MIÓD JEDN 25g/op 50g , **Posiłek nocny:** KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G ,M.EX,SAŁ. Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2382.20 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9656.43 kJ; Białko ogółem: 97.92 g; Tłuszcz: 68.34 g; Węglowodany ogółem: 361.08 g; suma cukrów prostych: 46.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.88 g; Błonnik pokarmowy: 40.02 g; Sól: 7.32 g;		

Własność FUDEKOS.A.. Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-02-20	**Dieta: ŁATWOSTR. POŁOŻNICZA**	
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (***MLE***), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt , BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 20g (***MLE***), POLĘDWICA SOP DROB* 50g (***SOJ***), JABŁKO PIECZONE* 150g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (***GLU, SOJ, MLE, GOR***), PASTA JAJECZNA* 60g (***JAJ, MLE***), POMIDOR 60g , **II Śniadanie:** BUDYŃ B/C* 150ml (***MLE***),	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***), MARCHEW GOTOWANA * 100g (***MLE***), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , SZPINAK GOTOWANY* 100g (***GLU***),	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 20g (***MLE***), TWAROŻEK Z KOPERKIEM* 120g (***MLE***), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , WARZYWA GOTOWANE * 80g (***SEL***), **Posiłek nocny:** JOGURT NATURALNY 150ml (***MLE***), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2712.78 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11053.26 kJ; Białko ogółem: 131.20 g; Tłuszcz: 85.98 g; Węglowodany ogółem: 370.16 g; suma cukrów prostych: 88.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.98 g; Błonnik pokarmowy: 34.87 g; Sól: 5.80 g;		
wtorek 2024-02-20	**Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.**	
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (***MLE***), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt , CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 50g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 15g (***MLE***), POLĘDWICA SOP DROB* 50g (***SOJ***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , PASTA JAJECZNA* 60g (***JAJ, MLE***), POMIDOR 60g , JABŁKO 150g , **II Śniadanie:** BUDYŃ B/C* 150ml (***MLE***),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI * 400ml (***GLU, MLE, SEL***), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (***GLU***), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (***GLU***), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (***GLU, MLE, SEL***), DYNIA DUSZONA* 100g (***GLU***), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , SURÓWKA Z KAP PEK,MARCH,JABŁ Z JOG*/ 100g , **Podwieczorek:** MANDARYNKA* 150g ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), CHLEB RAZOWY* 60g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g (***MLE***), SAŁATA MASŁOWA 10g , TWAROŻEK Z KOPERKIEM* 120g (***MLE***), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g , **Posiłek nocny:** KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G ,M.EX,SAŁ. Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2574.07 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10473.31 kJ; Białko ogółem: 123.81 g; Tłuszcz: 71.75 g; Węglowodany ogółem: 379.32 g; suma cukrów prostych: 90.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.05 g; Błonnik pokarmowy: 43.46 g; Sól: 7.40 g;		
wtorek 2024-02-20	**Dieta: Z OGR.Ł/PRZYSW.WĘGL.B/S**	
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (***MLE***), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt , CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 50g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 50g , PASTA JAJECZNA* 60g (***JAJ, MLE***), MASŁO EXTRA 82% 15g (***MLE***), SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (***GLU, SOJ, MLE, GOR***), POMIDOR 60g , JABŁKO 150g , **II Śniadanie:** BUDYŃ B/C* 150ml (***MLE***),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI B/SOLI* 400ml (***GLU, MLE, SEL***), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (***GLU***), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (***GLU***), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (***GLU, MLE, SEL***), DYNIA DUSZONA* 100g (***GLU***), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , SURÓWKA Z KAP PEK,MARCH,JABŁ Z JOG*/ 100g , **Podwieczorek:** MANDARYNKA* 150g ,	TWAROŻEK Z KOPERKIEM* 120g (***MLE***), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), CHLEB RAZOWY* 60g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g , MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g (***MLE***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , **Posiłek nocny:** JOGURT NATURALNY 150ml (***MLE***), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2575.74 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10481.42 kJ; Białko ogółem: 136.28 g; Tłuszcz: 73.90 g; Węglowodany ogółem: 360.85 g; suma cukrów prostych: 101.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.63 g; Błonnik pokarmowy: 40.63 g; Sól: 5.48 g;		
wtorek 2024-02-20	**Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL. 1500**	
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 150ml (***MLE***), CHLEB RAZOWY * 30g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 30g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 5g (***MLE***), POLĘDWICA SOP DROB* 50g (***SOJ***), PASTA JAJECZNA* 50g (***JAJ, MLE***), POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , JABŁKO 100g , **II Śniadanie:** BUDYŃ B/C* 150ml (***MLE***),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAK* 150ml (***GLU, MLE, SEL***), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 75g (***GLU***), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 60g (***GLU***), DYNIA DUSZONA* 100g (***GLU***), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , SURÓWKA Z KAP PEK,MARCH,JABŁ Z JOG*/ 100g , **Podwieczorek:** MANDARYNKA* 150g ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 20g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), CHLEB RAZOWY * 40g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 5g (***MLE***), TWAROŻEK 100G Z NAT PIETR 5G/ 85g (***MLE***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g , **Posiłek nocny:** SOK POMIDOROWY* 1szt , WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1548.81 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6306.11 kJ; Białko ogółem: 83.65 g; Tłuszcz: 39.37 g; Węglowodany ogółem: 229.42 g; suma cukrów prostych: 74.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.70 g; Błonnik pokarmowy: 30.33 g; Sól: 6.14 g;		

Własność FUDEKOS.A.. Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-02-20	**Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL1500B/ML**	
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 200ml (***MLE, SEL***), CHLEB RAZOWY * 30g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 30g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 5g (***MLE***), POLĘDWICA SOP DROB* 50g (***SOJ***), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , PASTA JAJECZNA* 50g (***JAJ, MLE***), JABŁKO 100g , **II Śniadanie:** KISIEL B/C* 150ml ,	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***), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH,JABŁ,KUK Z OLEJ* 100g , DYNIA DUSZONA* 100g (***GLU***), **Podwieczorek:** MANDARYNKA* 150g ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 20g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), CHLEB RAZOWY * 40g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 5g (***MLE***), SZYNKOWA WP. DĘBOWA* 70g (***SOJ, MLE, GOR, SO2***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g , **Posiłek nocny:** SOK POMIDOROWY 300ML+WAFEL RYŻOWY 10G 1g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1498.48 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6016.30 kJ; Białko ogółem: 79.48 g; Tłuszcz: 38.24 g; Węglowodany ogółem: 222.81 g; suma cukrów prostych: 58.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.95 g; Błonnik pokarmowy: 32.91 g; Sól: 6.66 g;		
wtorek 2024-02-20	**Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL. B/ML**	
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350ml (***MLE, SEL***), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt , CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 50g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 15g (***MLE***), POLĘDWICA SOP DROB* 50g (***SOJ***), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , PASTA JAJECZNA* 60g (***JAJ, MLE***), JABŁKO 150g , **II Śniadanie:** KISIEL B/C* 150ml ,	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,KUK Z OLEJ* 100g , DYNIA DUSZONA* 100g (***GLU***), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , **Podwieczorek:** MANDARYNKA* 150g ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), CHLEB RAZOWY* 60g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g (***MLE***), SZYNKOWA WP. DĘBOWA* 70g (***SOJ, MLE, GOR, SO2***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g , **Posiłek nocny:** KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G ,M.EX,SAŁ. Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2311.65 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9358.13 kJ; Białko ogółem: 98.03 g; Tłuszcz: 66.42 g; Węglowodany ogółem: 350.11 g; suma cukrów prostych: 62.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.31 g; Błonnik pokarmowy: 44.67 g; Sól: 7.60 g;		
wtorek 2024-02-20	**Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGLNISKOTŁ**	
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (***MLE***), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt , CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 5g (***MLE***), POLĘDWICA SOP DROB* 50g (***SOJ***), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (***GLU, SOJ, MLE, GOR***), PASTA Z BIAŁKA* 60g (***JAJ***), JABŁKO PIECZONE* 150g , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g , **II Śniadanie:** BUDYŃ B/C* 150ml (***MLE***),	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***), DYNIA DUSZONA* 100g (***GLU***), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , SZPINAK GOTOWANY* 100g (***GLU***), **Podwieczorek:** CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), CHLEB RAZOWY* 60g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 5g (***MLE***), TWAROŻEK 100G Z KOPERKIEM 5G*/ 105g (***MLE***), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , WARZYWA GOTOWANE * 80g (***SEL***), **Posiłek nocny:** JOGURT NATURALNY 150ml (***MLE***), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2500.93 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10176.39 kJ; Białko ogółem: 133.15 g; Tłuszcz: 60.33 g; Węglowodany ogółem: 375.65 g; suma cukrów prostych: 85.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.81 g; Błonnik pokarmowy: 40.79 g; Sól: 6.03 g;		
wtorek 2024-02-20	**Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ**	
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (***MLE***), CHLEB RAZOWY * 50g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt , MASŁO EXTRA 82% 15g (***MLE***), POLĘDWICA SOP DROB* 50g (***SOJ***), SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (***GLU, SOJ, MLE, GOR***), POMIDOR 60g , PASTA Z BIAŁKA* 60g (***JAJ***), JABŁKO 150g ,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI * 400ml (***GLU, MLE, SEL***), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (***GLU***), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (***GLU***), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (***GLU, MLE, SEL***), DYNIA DUSZONA* 100g (***GLU***), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , SURÓWKA Z KAP PEK,MARCH,JABŁ Z JOG*/ 100g ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), CHLEB RAZOWY * 40g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g (***MLE***), TWAROŻEK Z KOPERKIEM* 120g (***MLE***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g , **Posiłek nocny:** JOGURT NATURALNY 150ml (***MLE***), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2521.52 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10251.61 kJ; Białko ogółem: 129.15 g; Tłuszcz: 74.02 g; Węglowodany ogółem: 351.45 g; suma cukrów prostych: 84.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.55 g; Błonnik pokarmowy: 35.48 g; Sól: 6.57 g;		

Własność FUDEKOS.A.. Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-02-20	**Dieta: O KONT.ZAW.KW.TŁ B/M**	
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350ml (***MLE, SEL***), CHLEB RAZOWY * 50g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt , MASŁO EXTRA 82% 15g (***MLE***), PASTA Z BIAŁKA* 60g (***JAJ***), POLĘDWICA SOP DROB* 50g (***SOJ***), POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , JABŁKO 150g , HERBATA B/CUKRU* 250ml ,	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***), DYNIA DUSZONA* 100g (***GLU***), SURÓWKA ZKAP PEK, MARCH,JABŁ,KUK ZOLEJ* 100g , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml ,	CHLEB RAZOWY * 40g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g (***MLE***), SZYNKOWA WP. DĘBOWA* 70g (***SOJ, MLE, GOR, SO2***), SAŁATA MASŁOWA 10g , MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , **Posiłek nocny:** KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G ,M.EX,SAŁ. Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2308.28 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9340.93 kJ; Białko ogółem: 101.81 g; Tłuszcz: 70.93 g; Węglowodany ogółem: 331.90 g; suma cukrów prostych: 46.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.17 g; Błonnik pokarmowy: 37.87 g; Sól: 7.54 g;		
wtorek 2024-02-20	**Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.**	
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (***MLE***), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 10g (***MLE***), POLĘDWICA SOP DROB* 50g (***SOJ***), JABŁKO PIECZONE* 150g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (***GLU, SOJ, MLE, GOR***), PASTA Z BIAŁKA* 60g (***JAJ***), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g ,	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***), DYNIA DUSZONA* 100g (***GLU***), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , SZPINAK GOTOWANY* 100g (***GLU***),	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 10g (***MLE***), TWAROŻEK Z KOPERKIEM* 120g (***MLE***), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , WARZYWA GOTOWANE * 80g (***SEL***), **Posiłek nocny:** JOGURT NATURALNY 150ml (***MLE***), BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2583.51 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10517.29 kJ; Białko ogółem: 132.53 g; Tłuszcz: 73.09 g; Węglowodany ogółem: 365.83 g; suma cukrów prostych: 76.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.19 g; Błonnik pokarmowy: 35.18 g; Sól: 6.07 g;		
wtorek 2024-02-20	**Dieta: ŁATWOSTRAWNA BEZ TŁ**	
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (***MLE***), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), POLĘDWICA SOP DROB* 50g (***SOJ***), JABŁKO PIECZONE* 150g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (***GLU, SOJ, MLE, GOR***), PASTA Z BIAŁKA* 60g (***JAJ***), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g ,	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***), DYNIA DUSZONA* 100g (***GLU***), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , SZPINAK GOTOWANY* 100g (***GLU***),	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), TWAROŻEK Z KOPERKIEM* 120g (***MLE***), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , WARZYWA GOTOWANE * 80g (***SEL***), **Posiłek nocny:** JOGURT NATURALNY 150ml (***MLE***), BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2436.41 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9912.49 kJ; Białko ogółem: 132.43 g; Tłuszcz: 56.84 g; Węglowodany ogółem: 365.72 g; suma cukrów prostych: 76.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.60 g; Błonnik pokarmowy: 35.18 g; Sól: 6.04 g;		
wtorek 2024-02-20	**Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ**	
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (***MLE***), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 10g (***MLE***), MIÓD 50g , JABŁKO PIECZONE* 150g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g , PASTA Z BIAŁKA* 60g (***JAJ***), **II Śniadanie:** BUDYŃ* 150ml (***MLE***),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml (***GLU, MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (***GLU, MLE, SEL***), DYNIA DUSZONA* 100g (***GLU***), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , SZPINAK GOTOWANY* 100g (***GLU***), **Podwieczorek:** CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 10g (***MLE***), TWAROŻEK MIX* 120g (***MLE***), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , WARZYWA GOTOWANE * 80g (***SEL***), **Posiłek nocny:** JOGURT NATURALNY 150ml (***MLE***), BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 5g (***MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2570.49 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10464.79 kJ; Białko ogółem: 112.37 g; Tłuszcz: 71.46 g; Węglowodany ogółem: 385.34 g; suma cukrów prostych: 86.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.49 g; Błonnik pokarmowy: 33.03 g; Sól: 4.61 g;		

Własność FUDEKOS.A.. Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-02-20	**Dieta: BOGATOBIAŁKOWA**	
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (***MLE***), CHLEB RAZOWY * 40g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt, MASŁO EXTRA 82% 15g (***MLE***), POLĘDWICA SOP DROB* 50g (***SOJ***), SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (***GLU, SOJ, MLE, GOR***), POMIDOR 60g, PASTA JAJECZNA* 60g (***JAJ, MLE***), JABŁKO 150g, **II Śniadanie:** BUDYŃ* 150ml (***MLE***),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI * 400ml (***GLU, MLE, SEL***), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (***GLU***), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (***GLU***), SOS ZNATKĄ PIETR* 100ml (***GLU, MLE, SEL***), DYNIA DUSZONA* 100g (***GLU***), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, SURÓWKA ZKAP PEK,MARCH,JABŁ ZJOG*/ 100g, **Podwieczorek:** JABŁKO PIECZONE Z SEREM* 150g (***MLE***),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), CHLEB RAZOWY* 60g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g (***MLE***), TWAROŻEK Z KOPERKIEM* 120g (***MLE***), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 100g, **Posiłek nocny:** JOGURT NATURALNY 150ml (***MLE***), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2669.42 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10875.85 kJ; Białko ogółem: 132.96 g; Tłuszcz: 73.55 g; Węglowodany ogółem: 387.88 g; suma cukrów prostych: 115.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.00 g; Błonnik pokarmowy: 40.10 g; Sól: 6.64 g;		
wtorek 2024-02-20	**Dieta: DZIECIĘCA 1-3**	
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 150ml (***MLE***), BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 5g (***MLE***), PASTA JAJECZNA* 50g (***JAJ, MLE***), SZYNKA Z LIŚCIEM* 30g (***MLE, GOR***), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR* 50g, JABŁKO 100g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, **II Śniadanie:** BISZKOPTY B/C* 20g (***GLU, JAJ, ORZ***),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAK* 150ml (***GLU, MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (***MLE***), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), DYNIA DUSZONA* 70g (***GLU***), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, SZPINAK GOTOWANY* 80g (***GLU***), **Podwieczorek:** MANDARYNKA* 150g,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 5g (***MLE***), TWAROŻEK* 50g (***MLE***), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, **Posiłek nocny:** JOGURT NATURALNY 150ml (***MLE***), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1230.88 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 4964.38 kJ; Białko ogółem: 59.13 g; Tłuszcz: 35.86 g; Węglowodany ogółem: 177.13 g; suma cukrów prostych: 61.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.32 g; Błonnik pokarmowy: 20.43 g; Sól: 1.97 g;		
wtorek 2024-02-20	**Dieta: DZIECIĘCA 4-9**	
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 200ml (***MLE***), CHLEB RAZOWY * 30g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt, MASŁO EXTRA 82% 5g (***MLE***), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g (***MLE, GOR***), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, JABŁKO 100g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, PASTA JAJECZNA* 50g (***JAJ, MLE***), **II Śniadanie:** BISZKOPTY B/C* 20g (***GLU, JAJ, ORZ***),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAK* 200ml (***GLU, MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (***MLE***), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), DYNIA DUSZONA* 100g (***GLU***), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, SURÓWKA ZKAP PEK,MARCH,JABŁ ZJOG*/ 100g, **Podwieczorek:** MANDARYNKA* 150g,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), TWAROŻEK 100G Z KOPERKIEM 5G*/ 105g (***MLE***), CHLEB RAZOWY * 30g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 5g (***MLE***), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, **Posiłek nocny:** JOGURT NATURALNY 150ml (***MLE***), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1706.33 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6900.10 kJ; Białko ogółem: 87.39 g; Tłuszcz: 43.23 g; Węglowodany ogółem: 254.10 g; suma cukrów prostych: 78.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.58 g; Błonnik pokarmowy: 26.77 g; Sól: 3.96 g;		
wtorek 2024-02-20	**Dieta: DZIECIĘCA 10-18**	
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (***MLE***), CHLEB RAZOWY * 40g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt, MASŁO EXTRA 82% 15g (***MLE***), SZYNKA Z LIŚCIEM* 50g (***MLE, GOR***), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, PASTA JAJECZNA* 60g (***JAJ, MLE***), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (***GLU, SOJ, MLE, GOR***), JABŁKO 150g, **II Śniadanie:** BISZKOPTY B/C* 20g (***GLU, JAJ, ORZ***),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI * 400ml (***GLU, MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), DYNIA DUSZONA* 100g (***GLU***), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, SURÓWKA ZKAP PEK,MARCH,JABŁ ZJOG*/ 100g, **Podwieczorek:** MANDARYNKA* 150g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), CHLEB RAZOWY * 40g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 15g (***MLE***), TWAROŻEK Z KOPERKIEM* 120g (***MLE***), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, **Posiłek nocny:** JOGURT NATURALNY 150ml (***MLE***), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2376.96 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9645.21 kJ; Białko ogółem: 111.94 g; Tłuszcz: 68.67 g; Węglowodany ogółem: 344.20 g; suma cukrów prostych: 105.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.88 g; Błonnik pokarmowy: 35.22 g; Sól: 5.27 g;		

Własność FUDEKOS.A.. Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-02-20	**Dieta: DZIECIĘCA POOPERACYJNA**	
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 200ml (***MLE***), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 10g (***MLE***), POLĘDWICA SOP DROB* 50g (***SOJ***), JABŁKO PIECZONE* 150g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , PASTA Z BIAŁKA* 60g (***JAJ***), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g , **II Śniadanie:** BUDYŃ* 150ml (***MLE***),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 200ml (***GLU, MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (***MLE***), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), DYNIA DUSZONA* 100g (***GLU***), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , SZPINAK GOTOWANY* 100g (***GLU***), **Podwieczorek:** CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g ,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 10g (***MLE***), TWAROŻEK Z KOPERKIEM* 120g (***MLE***), WARZYWA GOTOWANE * 80g (***SEL***), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , **Posiłek nocny:** SEREK NATURALNY HOM* 1szt (***MLE***), BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2289.58 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9343.96 kJ; Białko ogółem: 126.58 g; Tłuszcz: 70.17 g; Węglowodany ogółem: 301.64 g; suma cukrów prostych: 70.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.21 g; Błonnik pokarmowy: 28.59 g; Sól: 6.39 g;		
wtorek 2024-02-20	**Dieta: BEZMLECZNA**	
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350ml (***MLE, SEL***), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt , MASŁO EXTRA 82% 15g (***MLE***), POLĘDWICA SOP DROB* 50g (***SOJ***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , JABŁKO PIECZONE* 150g , PASTA Z BIAŁKA* 60g (***JAJ***), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g ,	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***), DYNIA DUSZONA* 100g (***GLU***), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , SZPINAK GOTOWANY* 100g (***GLU***),	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g (***MLE***), SZYNKOWA WP. DĘBOWA* 70g (***SOJ, MLE, GOR, SO2***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , WARZYWA GOT* 80g (***SEL***), **Posiłek nocny:** KANAPKA Z BUŁKI 50g, M.EX Z SZYNKA Z INDYKA20g* 1Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2365.92 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9583.88 kJ; Białko ogółem: 104.65 g; Tłuszcz: 74.69 g; Węglowodany ogółem: 334.88 g; suma cukrów prostych: 46.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.26 g; Błonnik pokarmowy: 36.98 g; Sól: 7.64 g;		
wtorek 2024-02-20	**Dieta: BIEGUNKOWA**	
KLEIK Z KASZY MANNY* 400g (***GLU***), BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 5g (***MLE***), POWIDŁA JABLKOWE* 50g , SUCHARY* 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE***), HERBATA B/CUKRU* 250ml , **II Śniadanie:** KISIEL B/C* 150ml ,	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml (***SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MARCHEW GOTOWANA * 150g (***MLE***), HERBATA B/CUKRU* 250ml , **Podwieczorek:** CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g ,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 5g (***MLE***), RYŻ Z JABŁKIEM* 200g (***MLE***), SUCHARY* 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE***), KLEIK Z KASZY MANNY* 400g (***GLU***), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , **Posiłek nocny:** SUCHARY 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1626.87 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6864.10 kJ; Białko ogółem: 55.04 g; Tłuszcz: 31.83 g; Węglowodany ogółem: 289.07 g; suma cukrów prostych: 30.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.20 g; Błonnik pokarmowy: 32.80 g; Sól: 2.42 g;		
wtorek 2024-02-20	**Dieta: BEZGLUTENOWA**	
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (***MLE***), PIECZYWO B/GLUTENOWE* 100g (***ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 15g (***MLE***), POLĘDWICA SOP DROB* 50g (***SOJ***), PASTA JAJECZNA* 60g (***JAJ, MLE***), POMIDOR 70g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , JABŁKO 150g , **II Śniadanie:** BUDYŃ* 150ml (***MLE***),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAK B/GLUTENU* 400ml (***MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA B/GLUTENU* 80g , SOS JARZYNOWY B/ GLUTENOWY* 100ml (***SEL***), DYNIA DUSZONA* 100g (***GLU***), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , SURÓWKA Z KAP PEK,MARCH,JABŁ Z JOG*/ 100g , **Podwieczorek:** MANDARYNKA* 150g ,	PIECZYWO B/GLUTENOWE* 120g (***ORZ, SEZ***), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g (***MLE***), TWAROŻEK Z KOPERKIEM* 120g (***MLE***), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , **Posiłek nocny:** JOGURT NATURALNY 150ml (***MLE***), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2382.29 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9640.42 kJ; Białko ogółem: 105.98 g; Tłuszcz: 74.63 g; Węglowodany ogółem: 332.99 g; suma cukrów prostych: 114.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.22 g; Błonnik pokarmowy: 35.35 g; Sól: 7.31 g;		

Własność FUDEKOS.A.. Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-02-20	**Dieta: PAPKOWATA**	
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU MIX* 400ml (***MLE***), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 10g (***MLE***), POLĘDWICA SOP DROB MIEL* 60g (***SOJ***), SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (***GLU, SOJ, MLE, GOR***), PASTA JAJECZNA* 60g (***JAJ, MLE***), JABŁKO PIECZONE* 150g , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g , **II Śniadanie:** BUDYŃ* 150ml (***MLE***),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml (***GLU, MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), DYNIA DUSZONA* 100g (***GLU***), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (***GLU, MLE, SEL***), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , SZPINAK GOTOWANY* 100g (***GLU***), **Podwieczorek:** SOK JABŁKOWY* 200ml ,	ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (***GLU, MLE, SEL***), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 10g (***MLE***), TWAROŻEK Z KOPERKIEM* 120g (***MLE***), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , WARZYWA GOTOWANE * 80g (***SEL***), **Posiłek nocny:** JOGURT NATURALNY 150ml (***MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2370.05 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9613.43 kJ; Białko ogółem: 130.79 g; Tłuszcz: 71.04 g; Węglowodany ogółem: 317.60 g; suma cukrów prostych: 115.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.11 g; Błonnik pokarmowy: 32.68 g; Sól: 4.79 g;		
wtorek 2024-02-20	**Dieta: PAPKOWATA CUKRZYCOWA**	
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU MIX* 400ml (***MLE***), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 10g (***MLE***), POLĘDWICA SOP DROB* 50g (***SOJ***), SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (***GLU, SOJ, MLE, GOR***), PASTA JAJECZNA* 60g (***JAJ, MLE***), JABŁKO PIECZONE* 150g , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g , **II Śniadanie:** BUDYŃ B/C* 150ml (***MLE***),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml (***GLU, MLE, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (***GLU, MLE, SEL***), DYNIA DUSZONA* 100g (***GLU***), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , SZPINAK GOTOWANY* 100g (***GLU***), **Podwieczorek:** CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g ,	ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (***GLU, MLE, SEL***), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 10g (***MLE***), TWAROŻEK Z KOPERKIEM* 120g (***MLE***), WARZYWA GOTOWANE * 80g (***SEL***), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , **Posiłek nocny:** JOGURT NATURALNY 150ml (***MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2324.64 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9417.36 kJ; Białko ogółem: 133.17 g; Tłuszcz: 71.54 g; Węglowodany ogółem: 303.14 g; suma cukrów prostych: 92.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.33 g; Błonnik pokarmowy: 33.81 g; Sól: 4.95 g;		
wtorek 2024-02-20	**Dieta: PAPKOWATA BEZ MLEKA**	
KASZA KUKURYDZIANA NA WYW JARZ MIX* 400ml (***MLE, SEL***), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 10g (***MLE***), POLĘDWICA SOP DROB MIEL* 70g (***SOJ***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , PASTA JAJECZNA* 60g (***JAJ, MLE***), JABŁKO PIECZONE* 150g , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g , **II Śniadanie:** KISIEL* 150ml ,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEM B/ML MIX* 400ml (***GLU, SEL***), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (***GLU, MLE, SEL***), DYNIA DUSZONA* 100g (***GLU***), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , SZPINAK GOTOWANY* 100g (***GLU***), **Podwieczorek:** SOK JABŁKOWY* 200ml ,	ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (***GLU, MLE, SEL***), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), MASŁO EXTRA 82% 10g (***MLE***), SZYNKOWA WP. DĘBOWA MIELONA* 50g (***SOJ, MLE, GOR, SO2***), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , WARZYWA GOTOWANE* 80g (***SEL***), **Posiłek nocny:** RYŻ Z JABŁKIEM* 200g (***MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2011.82 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8071.32 kJ; Białko ogółem: 92.80 g; Tłuszcz: 55.26 g; Węglowodany ogółem: 302.10 g; suma cukrów prostych: 76.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.32 g; Błonnik pokarmowy: 36.88 g; Sól: 5.14 g;		
wtorek 2024-02-20	**Dieta: PŁYNNA**	
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU PŁYNNA* 400ml (***JAJ, MLE***), GALARETKA OWOCOWA* 150ml (***GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ***), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (***GLU, SOJ, MLE, GOR***), **II Śniadanie:** BUDYŃ* 150ml (***MLE***),	PŁYNNA OB* 500ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL***), SOK POMIDOROWY* 1szt , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , **Podwieczorek:** KEFIR NATURALNY 150ml (***MLE***),	PŁYNNA KOL* 500ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL***), SEREK NATURALNY HOM* 1szt (***MLE***), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , **Posiłek nocny:** JOGURT NATURALNY 150ml (***MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2111.64 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8520.24 kJ; Białko ogółem: 119.10 g; Tłuszcz: 73.08 g; Węglowodany ogółem: 253.80 g; suma cukrów prostych: 80.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.36 g; Błonnik pokarmowy: 26.80 g; Sól: 5.04 g;		
wtorek 2024-02-20	**Dieta: SONDA**	
SONDA MLECZNA* 500ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE***), JOGURT NATURALNY 150ml (***MLE***), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (***GLU, SOJ, MLE, GOR***), **II Śniadanie:** SONDA 2 ŚN,PODW* 300ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL***),	SONDA OB* 500ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL***), SOK POMIDOROWY* 1szt , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , **Podwieczorek:** KEFIR NATURALNY 150ml (***MLE***),	SONDA KOL* 500ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL***), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (***GLU***), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , **Posiłek nocny:** SONDA PN* 250ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2837.76 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11906.95 kJ; Białko ogółem: 138.44 g; Tłuszcz: 107.04 g; Węglowodany ogółem: 343.63 g; suma cukrów prostych: 86.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 61.54 g; Błonnik pokarmowy: 40.52 g; Sól: 4.63 g;		

Własność FUDEKOS.A.. Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-02-20	**Dieta: SONDA BEZ MLEKA**	
SONDA B/ MLEKA ŚN* 500ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL***), SOK JABŁKOWY* 200ml , HERBATA B/CUKRU* 250ml , **II Śniadanie:** SONDA 2 ŚN,PODW* 300ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL***),	SONDA B/MLEKA OB* 500ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL***), SOK POMIDOROWY* 1szt , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , **Podwieczorek:** GALARETKA OWOCOWA PŁYNNA* 150ml (***GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ***),	SONDA B/ML KOL* 500ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL***), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (***GLU***), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , **Posiłek nocny:** SOK POMIDOROWY* 1szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2409.59 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10120.27 kJ; Białko ogółem: 103.32 g; Tłuszcz: 76.08 g; Węglowodany ogółem: 345.17 g; suma cukrów prostych: 75.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.75 g; Błonnik pokarmowy: 46.83 g; Sól: 4.89 g;		
wtorek 2024-02-20	**Dieta: KLEIKOWA**	
KLEIK Z KASZY MANNY* 400g (***GLU***), SUCHARY* 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE***), HERBATA B/CUKRU* 250ml ,	KLEIK Z KASZY MANNY* 400g (***GLU***), SUCHARY* 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE***), HERBATA B/CUKRU* 250ml ,	KLEIK Z KASZY MANNY* 400g (***GLU***), SUCHARY* 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE***), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , **Posiłek nocny:** SUCHARY* 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 747.48 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 3161.84 kJ; Białko ogółem: 23.45 g; Tłuszcz: 9.42 g; Węglowodany ogółem: 141.87 g; suma cukrów prostych: 0.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.10 g; Błonnik pokarmowy: 18.98 g; Sól: 1.19 g;		
wtorek 2024-02-20	**Dieta: BOGATORESZTKOWA**	
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (***MLE***), CHLEB RAZOWY* 50g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt , MASŁO EXTRA 82% 15g (***MLE***), POLĘDWICA SOP DROB* 50g (***SOJ***), SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (***GLU, SOJ, MLE, GOR***), POMIDOR 60g , PASTA JAJECZNA* 60g (***JAJ, MLE***), JABŁKO 150g , **II Śniadanie:** SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g ,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI * 400ml (***GLU, MLE, SEL***), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (***GLU***), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (***GLU***), SOS ZNATKĄ PIETR* 100ml (***GLU, MLE, SEL***), DYNIA DUSZONA* 100g (***GLU***), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , SURÓWKA ZKAP PEK,MARCH,JABŁ Z JOG*/ 100g , **Podwieczorek:** MANDARYNKA* 150g ,	CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), CHLEB RAZOWY* 90g (***GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ***), MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15g (***MLE***), TWAROŻEK Z KOPERKIEM* 120g (***MLE***), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 100g , **Posiłek nocny:** JOGURT NATURALNY 150ml (***MLE***), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2602.43 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10597.88 kJ; Białko ogółem: 127.42 g; Tłuszcz: 70.17 g; Węglowodany ogółem: 386.61 g; suma cukrów prostych: 107.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.91 g; Błonnik pokarmowy: 44.32 g; Sól: 6.87 g;		

Dietetyk

.....

Własność FUDEKOS.A.. Wszelkie prawa zastrzeżone