

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-06-20</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
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> ), POŁĘDWICA SOPOCKA 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> ),	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml ( <i>MLE</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( <i>MLE</i> ), ESKALOPKA Z PIERSI Z KURCZAKA* 110g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), SAŁATA LODOWA Z JOGURTEM* 100g ( <i>MLE</i> ), TRUSKAWKI* 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% 1 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 70g, RZODKIEW BIAŁA 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <i>GLU, MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2266.57 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9163.20 kJ; Białko ogółem: 106.20 g; Tłuszcz: 83.16 g; Węglowodany ogółem: 284.15 g; suma cukrów prostych: 60.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.18 g; Błonnik pokarmowy: 23.64 g; Sól: 6.38 g;		
<b>czwartek 2024-06-20</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA BEZ MLEKA</b>		
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 SOPOCKA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <i>JAJ</i> ), OGÓREK ŚWIEŻY 60g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CUKRU* 250ml,	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml ( <i>MLE</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( <i>MLE</i> ), ESKALOPKA Z PIERSI KURCZAKA B/ML* 110g ( <i>GLU, JAJ</i> ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <i>GLU, MLE</i> ), TRUSKAWKI* 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% 1 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 70g, POŁĘDWICA SOP DROB* 50g ( <i>SOJ</i> ), RZODKIEW BIAŁA 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZOWEGO, MEX, SAŁ, POL SOP DR 20G* 1P ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2271.01 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9175.28 kJ; Białko ogółem: 100.36 g; Tłuszcz: 82.54 g; Węglowodany ogółem: 295.90 g; suma cukrów prostych: 40.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.30 g; Błonnik pokarmowy: 30.37 g; Sól: 8.26 g;		
<b>czwartek 2024-06-20</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <i>MLE</i> ), CHLEB GRAHAM* 50g ( <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 SOPOCKA 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> ),	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> ), TRUSKAWKI* 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 80g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i> ), CHLEB GRAHAM* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, 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, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <i>GLU, MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2232.55 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9021.75 kJ; Białko ogółem: 112.70 g; Tłuszcz: 73.12 g; Węglowodany ogółem: 293.15 g; suma cukrów prostych: 72.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.40 g; Błonnik pokarmowy: 28.08 g; Sól: 6.46 g;		
<b>czwartek 2024-06-20</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTR. BEZ MLEKA</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <i>MLE, SEL</i> ), CHLEB GRAHAM* 50g ( <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> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <i>JAJ</i> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), JABŁKO 150g, POMIDOR * 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CUKRU* 250ml,	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> ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <i>GLU, MLE</i> ), TRUSKAWKI* 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), CHLEB GRAHAM* 50g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 70g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z BUŁKI 50G, SAŁATY, MEX, POL SOP DR 20G 1Por ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2242.43 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9057.74 kJ; Białko ogółem: 100.00 g; Tłuszcz: 75.23 g; Węglowodany ogółem: 306.31 g; suma cukrów prostych: 53.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.49 g; Błonnik pokarmowy: 33.36 g; Sól: 7.07 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-06-20</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTR. POŁOŻNICZA</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <i>MLE</i> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 20g ( <i>MLE</i> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <i>JAJ</i> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 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> ), <b>II Śniadanie:</b> 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 ZNATKĄ PIETR* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <i>GLU, MLE</i> ), BANAN 1szt, KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 20g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 70g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <i>GLU, MLE</i> ), JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2676.56 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10899.98 kJ; Białko ogółem: 118.76 g; Tłuszcz: 89.36 g; Węglowodany ogółem: 360.86 g; suma cukrów prostych: 117.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.15 g; Błonnik pokarmowy: 24.75 g; Sól: 6.66 g;		
<b>czwartek 2024-06-20</b>		
<b>Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.</b>		
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> ), POŁĘDWICA SOPOCKA 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> ), <b>II Śniadanie:</b> 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> ), TRUSKAWKI* 100g , SAŁATA LODOWA Z JOGURTEM* 100g ( <i>MLE</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZ 30G,M,R, SAŁ,Z SZYNKA 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 , <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G,M,EX,SAI, POL SOP DR 20G* 1Pα ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2331.00 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9440.52 kJ; Białko ogółem: 115.42 g; Tłuszcz: 76.93 g; Węglowodany ogółem: 308.02 g; suma cukrów prostych: 52.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.35 g; Błonnik pokarmowy: 29.97 g; Sól: 8.15 g;		
<b>czwartek 2024-06-20</b>		
<b>Dieta: Z OGR.Ł/PRZYSW.WĘGL.B/S</b>		
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> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <i>JAJ</i> ), SCHAB GOT B/SOLI* 50g , SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ), <b>II Śniadanie:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <i>MLE</i> ),	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN B/SOLI* 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> ), TRUSKAWKI* 100g , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> CHRUPKI KUKURYDZ* 20g ,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 60g , RZODKIEW BIAŁA 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z BUŁKI 30G,M,EX, MIĘ SZYNKĄ GOT 20G* 1Pα ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2450.03 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9940.74 kJ; Białko ogółem: 136.66 g; Tłuszcz: 83.96 g; Węglowodany ogółem: 300.82 g; suma cukrów prostych: 60.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.38 g; Błonnik pokarmowy: 29.60 g; Sól: 4.40 g;		
<b>czwartek 2024-06-20</b>		
<b>Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL. 1000</b>		
CHLEB RAZOWY* 30g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <i>MLE</i> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), HERBATA B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , OGÓREK ŚWIEŻY 60g , JABŁKO PRAŻONE* 60g , JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <i>JAJ</i> ), <b>II Śniadanie:</b> JABŁKO 100g ,	ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 75g ( <i>MLE</i> ), FILET Z KURCZAKA PIECZONY W ZIOŁACH PROWANSALSKICH* 60g , SAŁATA LODOWA Z JOGURTEM* 60g ( <i>MLE</i> ), TRUSKAWKI* 100g , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),	CHLEB RAZOWY* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 5g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 50g , RZODKIEW BIAŁA 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1045.04 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 4391.83 kJ; Białko ogółem: 66.15 g; Tłuszcz: 29.82 g; Węglowodany ogółem: 136.46 g; suma cukrów prostych: 43.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.07 g; Błonnik pokarmowy: 17.25 g; Sól: 4.18 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-06-20</b> <b>Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL. 1500</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 150ml ( <i>MLE</i> ), CHLEB RAZOWY * 30g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <i>MLE</i> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <i>JAJ</i> ), POLEDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, OGÓREK ŚWIEŻY 60g, POMIDOR 60g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 200ml, ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g ( <i>MLE</i> ), FILET Z KURCZAKA PIECZONY W ZIOŁACH PROWANSALSKICH* 80g, SAŁATA LODOWA Z JOGURTEM* 100g ( <i>MLE</i> ), TRUSKAWKI* 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> 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* 20g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i> ), CHLEB RAZOWY* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 5g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 50g, RZODKIEW BIAŁA 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ), JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1437.36 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 5834.63 kJ; Białko ogółem: 87.98 g; Tłuszcz: 40.37 g; Węglowodany ogółem: 189.31 g; suma cukrów prostych: 37.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.41 g; Błonnik pokarmowy: 20.26 g; Sól: 5.39 g;		
<b>czwartek 2024-06-20</b> <b>Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL1500B/ML</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 150ml ( <i>MLE, SEL</i> ), CHLEB RAZOWY * 30g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <i>MLE</i> ), POLEDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <i>JAJ</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, OGÓREK ŚWIEŻY 60g, POMIDOR 60g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 200ml, ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g ( <i>MLE</i> ), FILET Z KURCZAKA PIECZONY W ZIOŁACH PROWANSALSKICH* 80g, MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <i>GLU, MLE</i> ), TRUSKAWKI* 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> 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* 20g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i> ), CHLEB RAZOWY* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 5g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 70g, RZODKIEW BIAŁA 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZ 30G, M.R, SAŁ, POL SOP DR 20G* 1Pα ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1459.08 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 5922.17 kJ; Białko ogółem: 86.29 g; Tłuszcz: 41.68 g; Węglowodany ogółem: 196.06 g; suma cukrów prostych: 31.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.59 g; Błonnik pokarmowy: 24.86 g; Sól: 6.51 g;		
<b>czwartek 2024-06-20</b> <b>Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL. B/ML</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <i>MLE, SEL</i> ), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i> ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), POLEDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <i>JAJ</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, OGÓREK ŚWIEŻY 60g, POMIDOR 60g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml ( <i>MLE</i> ), ZIEMNIAKI 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> ), TRUSKAWKI* 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,	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, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M, EX, SAŁ, POL SOP DR 20G* 1Pα ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2164.64 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8739.54 kJ; Białko ogółem: 100.00 g; Tłuszcz: 68.16 g; Węglowodany ogółem: 305.37 g; suma cukrów prostych: 44.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.41 g; Błonnik pokarmowy: 37.68 g; Sól: 8.77 g;		
<b>czwartek 2024-06-20</b> <b>Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGLNISKOTŁ</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <i>MLE</i> ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i> ), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <i>MLE</i> ), POLEDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), PASTA Z BIAŁKA JAJKA* 60g ( <i>JAJ, MLE</i> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, JABŁKO PIECZONE* 150g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ), <b>II Śniadanie:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <i>MLE</i> ),	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml ( <i>MLE</i> ), ZIEMNIAKI 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 Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> CHRUPKI KUKURYDZ* 20g,	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 10g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 70g, BUKIET JARZYN GOTOWANY* 80g ( <i>SEL</i> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ), JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2491.31 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10115.21 kJ; Białko ogółem: 123.05 g; Tłuszcz: 76.60 g; Węglowodany ogółem: 343.80 g; suma cukrów prostych: 80.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.81 g; Błonnik pokarmowy: 36.14 g; Sól: 7.65 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-06-20</b>		
<b>Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ</b>		
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> ), POLĘDWICA SOPOCKA 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 Z NATKĄ PIETR* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SAŁATA LODOWA Z JOGURTEM* 100g ( <i>MLE</i> ), TRUSKAWKI* 100g, 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> ), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 70g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>Posiłek nocny:</b> PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <i>GLU, MLE</i> ), JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2259.85 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9141.15 kJ; Białko ogółem: 111.63 g; Tłuszcz: 75.11 g; Węglowodany ogółem: 294.60 g; suma cukrów prostych: 73.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.99 g; Błonnik pokarmowy: 23.76 g; Sól: 6.29 g;		
<b>czwartek 2024-06-20</b>		
<b>Dieta: O KONT.ZAW.KW.TŁ B/M</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <i>MLE, SEL</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> ), POLĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), JABŁKO 150g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CUKRU* 250ml,	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> ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <i>GLU, MLE</i> ), TRUSKAWKI* 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml,	CHLEB RAZOWY * 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 70g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZOWEGO, MEX, SAŁ, POL SOP DR 20G* 1Pc ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2191.25 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8845.40 kJ; Białko ogółem: 96.67 g; Tłuszcz: 73.24 g; Węglowodany ogółem: 299.80 g; suma cukrów prostych: 52.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.98 g; Błonnik pokarmowy: 30.16 g; Sól: 6.89 g;		
<b>czwartek 2024-06-20</b>		
<b>Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.</b>		
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> ), POLĘDWICA SOPOCKA 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 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,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 70g, BUKIET JARZYN GOT* 80g ( <i>SEL</i> ), HERBATA B/CUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <i>GLU, MLE</i> ), JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2364.82 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9582.34 kJ; Białko ogółem: 116.23 g; Tłuszcz: 79.89 g; Węglowodany ogółem: 307.25 g; suma cukrów prostych: 70.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.67 g; Błonnik pokarmowy: 26.24 g; Sól: 6.99 g;		
<b>czwartek 2024-06-20</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA BEZ TŁ</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <i>MLE</i> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), PASTA Z BIAŁKA JAJKA* 60g ( <i>JAJ, MLE</i> ), POLĘDWICA SOPOCKA 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 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,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 70g, BUKIET JARZYN GOTOWANY* 80g ( <i>SEL</i> ), HERBATA B/CUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <i>GLU, MLE</i> ), JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2211.90 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8954.05 kJ; Białko ogółem: 116.23 g; Tłuszcz: 62.53 g; Węglowodany ogółem: 308.36 g; suma cukrów prostych: 71.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.01 g; Błonnik pokarmowy: 26.78 g; Sól: 7.11 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-06-20</b> <b>Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ</b>		
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> ), <b>II Śniadanie:</b> 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 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 , <b>Podwieczorek:</b> CHRUPKI KUKURYDZ* 20g ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% † 10g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 60g , BUKIET JARZYN GOTOWANY* 80g ( <i>SEL</i> ), HERBATA B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <i>GLU, MLE</i> ), JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>czwartek 2024-06-20</b> <b>Dieta: BOGATOBIAŁKOWA</b>		
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> ), POŁĘDWICA SOPOCKA 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> ), <b>II Śniadanie:</b> 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> ), TRUSKAWKI* 100g , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G , M.EX.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% † 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 70g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <i>GLU, MLE</i> ), JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2526.33 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10263.71 kJ; Białko ogółem: 121.84 g; Tłuszcz: 81.35 g; Węglowodany ogółem: 338.38 g; suma cukrów prostych: 85.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.37 g; Błonnik pokarmowy: 26.77 g; Sól: 7.57 g;		
<b>czwartek 2024-06-20</b> <b>Dieta: NISKOBIĄTKOWA</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <i>MLE, SEL</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> ), PASTA Z BROKUŁ* 60g ( <i>MLE</i> ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, POMIDOR 60g , JABŁKO 150g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA Z/C* 250ml , <b>II Śniadanie:</b> 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* 40g , SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <i>GLU, MLE</i> ), TRUSKAWKI* 100g , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g ,	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> ), RYŻ Z WARZYWAMI* 200g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt , PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <i>GLU, MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2230.59 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9023.45 kJ; Białko ogółem: 56.29 g; Tłuszcz: 60.88 g; Węglowodany ogółem: 383.33 g; suma cukrów prostych: 91.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.24 g; Błonnik pokarmowy: 39.04 g; Sól: 4.51 g;		
<b>czwartek 2024-06-20</b> <b>Dieta: DZIECIĘCA 1-3</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 150ml ( <i>MLE</i> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <i>MLE</i> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <i>JAJ</i> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 30g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), POMIDOR B/SKÓRY 60g , JABŁKO PRAŻONE* 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , <b>II Śniadanie:</b> KISIEL* 150ml ,	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 150ml , ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 75g ( <i>MLE</i> ), FILET Z KURCZAKA PIECZONY W ZIOŁACH PROWANSALSKICH* 60g , MARCHEW OPRÓSZANA* 70g ( <i>GLU, MLE</i> ), SZPINAK GOTOWANY* 70g ( <i>GLU, MLE</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> TRUSKAWKI* 100g ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 30g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <i>GLU, MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1200.31 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 4830.52 kJ; Białko ogółem: 66.16 g; Tłuszcz: 39.01 g; Węglowodany ogółem: 153.52 g; suma cukrów prostych: 55.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.01 g; Błonnik pokarmowy: 16.19 g; Sól: 3.15 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-06-20</b>		
<b>Dieta: DZIECIĘCA 4-9</b>		
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> ), POŁĘDWICA SOPOCKA 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> ), <b>II Śniadanie:</b> 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, <b>Podwieczorek:</b> 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> ), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 50g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <i>GLU, MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1669.80 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6874.22 kJ; Białko ogółem: 90.64 g; Tłuszcz: 48.67 g; Węglowodany ogółem: 227.89 g; suma cukrów prostych: 71.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.27 g; Błonnik pokarmowy: 22.40 g; Sól: 4.62 g;		
<b>czwartek 2024-06-20</b>		
<b>Dieta: DZIECIĘCA 10-18</b>		
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> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), POMIDOR 60g, JABŁKO PRAŻONE* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ), <b>II Śniadanie:</b> KISIEL* 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 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, <b>Podwieczorek:</b> TRUSKAWKI* 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> ), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 70g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <i>GLU, MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2341.38 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9489.16 kJ; Białko ogółem: 113.31 g; Tłuszcz: 75.92 g; Węglowodany ogółem: 313.78 g; suma cukrów prostych: 83.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.15 g; Błonnik pokarmowy: 27.12 g; Sól: 6.49 g;		
<b>czwartek 2024-06-20</b>		
<b>Dieta: DZIECIĘCA POOPERACYJNA</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 200ml ( <i>MLE</i> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), PASTA Z BIAŁKA JAJKA* 60g ( <i>JAJ, MLE</i> ), POŁĘDWICA SOPOCKA 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> ), <b>II Śniadanie:</b> BUDYŃ* 150ml ( <i>MLE</i> ),	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 200ml, 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> ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <i>GLU, MLE</i> ), SZPINAK GOTOWANY* 100g ( <i>GLU, MLE</i> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> CHRUPKI KUKURYDZIANE* 20g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 70g, BUKIET JARZYN GOTOWANY* 80g ( <i>SEL</i> ), HERBATA B/CUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> SEREK NATURALNY HOM* 1szt ( <i>MLE</i> ), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <i>GLU, MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2352.98 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9598.07 kJ; Białko ogółem: 122.95 g; Tłuszcz: 83.27 g; Węglowodany ogółem: 290.08 g; suma cukrów prostych: 75.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.73 g; Błonnik pokarmowy: 26.17 g; Sól: 7.43 g;		
<b>czwartek 2024-06-20</b>		
<b>Dieta: BIEGUNKOWA</b>		
KLEIK Z KASZY MANNY* 400ml ( <i>GLU</i> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <i>MLE</i> ), POWIDŁA JABŁKOWE* 70g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, SUCHARY* 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i> ), <b>II Śniadanie:</b> KISIEL* 150ml,	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml ( <i>MLE</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( <i>MLE</i> ), PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARCHEW GOTOWANA * 150g ( <i>MLE</i> ), HERBATA Z/C* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	MASŁO EXTRA 82% 5g ( <i>MLE</i> ), KLEIK Z KASZY MANNY* 400ml ( <i>GLU</i> ), RYŻ Z JABŁKIEM* 200g ( <i>MLE</i> ), SUCHARY* 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i> ), HERBATA B/CUKRU* 250ml, BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), <b>Posiłek nocny:</b> KLEIK Z KASZY MANNY* 400ml ( <i>GLU</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1718.72 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7247.13 kJ; Białko ogółem: 51.92 g; Tłuszcz: 38.03 g; Węglowodany ogółem: 301.85 g; suma cukrów prostych: 42.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.18 g; Błonnik pokarmowy: 29.15 g; Sól: 2.22 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-06-20</b>		
<b>Dieta: BEZGLUTENOWA</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g ( <b>ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), JABŁKO 150g , POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , <b>II Śniadanie:</b> BUDYŃ* 150ml ( <b>MLE</b> ),	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml ( <b>MLE</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( <b>MLE</b> ), FILET Z KURCZAKA PIECZONY W ZIOŁACH PROWANSALSKICH* 80g , SOS JARZYNOWY B/ GLUTENOWY* 100ml ( <b>SEL</b> ), SAŁATA LODOWA Z JOGURTEM* 100g ( <b>MLE</b> ), TRUSKAWKI* 150g , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g ( <b>ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 70g , RZODKIEW BIAŁA 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ), JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2310.65 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9338.65 kJ; Białko ogółem: 98.58 g; Tłuszcz: 74.20 g; Węglowodany ogółem: 320.59 g; suma cukrów prostych: 100.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.75 g; Błonnik pokarmowy: 30.67 g; Sól: 7.72 g;		
<b>czwartek 2024-06-20</b>		
<b>Dieta: PAPKOWATA</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU MIX* 400ml ( <b>MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), PASTA JAJECZNA* 60g ( <b>JAJ, MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), POMIDOR B/SKÓRY 60g , JABŁKO PRAŻONE* 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ), <b>II Śniadanie:</b> KISIEL B/C* 150ml ,	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN MIX* 400ml , ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( <b>MLE</b> ), KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS ZNATKĄ PIETR* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <b>GLU, MLE</b> ), SZPINAK GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, MLE</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> TRUSKAWKI* 150g ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA MIELONA* 70g , ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <b>GLU, MLE</b> ), JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2174.73 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8788.44 kJ; Białko ogółem: 113.91 g; Tłuszcz: 70.07 g; Węglowodany ogółem: 285.20 g; suma cukrów prostych: 84.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.47 g; Błonnik pokarmowy: 27.37 g; Sól: 6.00 g;		
<b>czwartek 2024-06-20</b>		
<b>Dieta: PAPKOWATA CIUKRZYCOWA</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU MIX* 400ml ( <b>MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), PASTA JAJECZNA* 60g ( <b>JAJ, MLE</b> ), POMIDOR B/SKÓRY 60g , JABŁKO PIECZONE* 150g, SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ), <b>II Śniadanie:</b> KISIEL B/C* 150ml ,	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN MIX* 400ml , ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( <b>MLE</b> ), KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS ZNATKĄ PIETR* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <b>GLU, MLE</b> ), SZPINAK GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, MLE</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> TRUSKAWKI* 150g ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA MIELONA* 70g , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , <b>Posiłek nocny:</b> PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <b>GLU, MLE</b> ), JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2175.00 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8786.35 kJ; Białko ogółem: 114.39 g; Tłuszcz: 70.55 g; Węglowodany ogółem: 284.37 g; suma cukrów prostych: 83.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.53 g; Błonnik pokarmowy: 29.65 g; Sól: 6.00 g;		
<b>czwartek 2024-06-20</b>		
<b>Dieta: PAPKOWATA BEZ MLEKA</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA WYW JARZ MIX* 400ml ( <b>MLE, SEL</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), PASTA JAJECZNA* 60g ( <b>JAJ, MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), POMIDOR B/SKÓRY 60g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , JABŁKO PRAŻONE* 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , <b>II Śniadanie:</b> KISIEL* 150ml ,	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN MIX* 400ml , ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( <b>MLE</b> ), KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS ZNATKĄ PIETR* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <b>GLU, MLE</b> ), SZPINAK GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, MLE</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> TRUSKAWKI* 150g ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA MIELONA* 70g , ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <b>GLU, MLE</b> ), SOK POMIDOROWY* 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1926.69 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7712.38 kJ; Białko ogółem: 92.87 g; Tłuszcz: 59.71 g; Węglowodany ogółem: 269.84 g; suma cukrów prostych: 65.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.19 g; Błonnik pokarmowy: 32.63 g; Sól: 6.69 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-06-20</b>		
<b>Dieta: PŁYNNA</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU PŁYNNA* 400ml ( <b>JAJ, MLE</b> ), SEREK NATURALNY HOM* 1szt ( <b>MLE</b> ), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ), <b>II Śniadanie:</b> KISIEL* 150ml ,	PŁYNNA OB* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), <b>Podwieczorek:</b> GALARETKA OWOCOWA PŁYNNA* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> ),	PŁYNNA KOL* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), BUDYŃ* 150ml ( <b>MLE</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml ( <b>GLU, MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>czwartek 2024-06-20</b>		
<b>Dieta: SONDA</b>		
SONDA MLECZNA* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), SEREK NATURALNY HOM* 1szt ( <b>MLE</b> ), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ), <b>II Śniadanie:</b> KISIEL* 150ml ,	SONDA OB* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> GALARETKA OWOCOWA PŁYNNA* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> ),	SONDA KOL* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), BUDYŃ SONDA* 150ml ( <b>MLE</b> ), HERBATA B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml ( <b>GLU, MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2434.12 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10219.94 kJ; Białko ogółem: 125.47 g; Tłuszcz: 89.33 g; Węglowodany ogółem: 290.78 g; suma cukrów prostych: 95.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.47 g; Błonnik pokarmowy: 27.33 g; Sól: 3.47 g;		
<b>czwartek 2024-06-20</b>		
<b>Dieta: SONDA BEZ MLEKA</b>		
SONDA B/ MLEKA ŚN* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), HERBATA B/CUKRU* 250ml , SOK JABŁKOWY* 1ml , <b>II Śniadanie:</b> KISIEL* 150ml ,	GALARETKA OWOCOWA PŁYNNA* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> ), SONDA B/MLEKA OB* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,	SONDA B/ML KOL* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), HERBATA B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml ( <b>GLU, MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2062.09 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8656.83 kJ; Białko ogółem: 88.21 g; Tłuszcz: 67.10 g; Węglowodany ogółem: 289.99 g; suma cukrów prostych: 58.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.19 g; Błonnik pokarmowy: 37.90 g; Sól: 3.14 g;		
<b>czwartek 2024-06-20</b>		
<b>Dieta: KLEIKOWA</b>		
KLEIK ZKASZY MANNY* 400ml ( <b>GLU</b> ), SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), HERBATA B/CUKRU* 250ml ,	KLEIK ZKASZY MANNY* 400ml ( <b>GLU</b> ), SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), HERBATA Z/C* 250ml ,	KLEIK ZKASZY MANNY* 400ml ( <b>GLU</b> ), SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), HERBATA B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KLEIK ZKASZY MANNY* 200ml ( <b>GLU</b> ), SUCHARY 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 812.91 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 3440.05 kJ; Białko ogółem: 24.41 g; Tłuszcz: 9.54 g; Węglowodany ogółem: 157.02 g; suma cukrów prostych: 7.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.12 g; Błonnik pokarmowy: 18.99 g; Sól: 1.19 g;		
<b>czwartek 2024-06-20</b>		
<b>Dieta: PŁYNNA DZIECIĘCA</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU PŁYNNA* 400ml ( <b>JAJ, MLE</b> ), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ), <b>II Śniadanie:</b> KISIEL* 150ml ,	RYŻANKA* 400ml ( <b>SEL</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> SEREK WANILIOWY HOM* 150ml ( <b>MLE</b> ),	ZUPA GRYSIKOWA* 400ml ( <b>GLU, SEL</b> ), HERBATA B/CUKRU* 250ml , BUDYŃ* 150ml ( <b>MLE</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> KISIEL B/C* 150ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 893.59 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 3414.36 kJ; Białko ogółem: 40.24 g; Tłuszcz: 21.57 g; Węglowodany ogółem: 138.62 g; suma cukrów prostych: 62.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.25 g; Błonnik pokarmowy: 8.81 g; Sól: 0.98 g;		
<b>czwartek 2024-06-20</b>		
<b>Dieta: WEGETARIAŃSKA</b>		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , JABŁKO PRAŻONE* 60g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , <b>II Śniadanie:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <b>MLE</b> ),	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml ( <b>MLE</b> ), MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY* 200g ( <b>GLU, JAJ</b> ), SAŁATA LODOWA Z JOGURTEM* 100g ( <b>MLE</b> ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <b>GLU, MLE</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , GULASZ Z KOSTKI SOJOWEJ Z WARZYWAMI* 180g ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL</b> ), <b>Podwieczorek:</b> TRUSKAWKI* 150g ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g ( <b>MLE</b> ), SER ŻÓŁTY * 60g ( <b>MLE</b> ), RZODKIEW BIAŁA 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt ( <b>GLU, MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2625.30 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10688.61 kJ; Białko ogółem: 92.45 g; Tłuszcz: 81.82 g; Węglowodany ogółem: 394.64 g; suma cukrów prostych: 89.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.11 g; Błonnik pokarmowy: 30.42 g; Sól: 5.38 g;		



**Jadłospisy dla oddziałów**

<b>Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny</b>		
<b>Śniadanie II Śniadanie</b>	<b>Obiad Podwieczorek</b>	<b>Kolacja Posiłek nocny</b>

Dietetyk

.....