

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-06-24		
Dieta: PODSTAWOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>),	ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI * 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), KOTLET Z JAJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI ZASMAŻANE* 100g (<i>GLU</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOG* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATKA JARZYNOWA ZW* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G, M. EX, SAŁ SER ŻÓŁTY 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2593.86 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10508.34 kJ; Białko ogółem: 94.73 g; Tłuszcz: 106.72 g; Węglowodany ogółem: 321.53 g; suma cukrów prostych: 91.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.93 g; Błonnik pokarmowy: 29.17 g; Sól: 9.59 g;		
poniedziałek 2024-06-24		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , POMIDOR 60g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), GALANTYNA DROB MIEL GOT ZNAT PIETR* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOG* 100g (<i>MLE</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , Posiłek nocny: KANAPKA Z BULKI 50G, M. EX, SAŁATA, SZYNKA DĘBOWA 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2433.14 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9867.39 kJ; Białko ogółem: 99.01 g; Tłuszcz: 76.26 g; Węglowodany ogółem: 346.50 g; suma cukrów prostych: 92.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.17 g; Błonnik pokarmowy: 30.52 g; Sól: 8.56 g;		
poniedziałek 2024-06-24		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), POMIDOR 60g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml ,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (<i>MLE</i>), GALANTYNA DROB MIEL GOT ZNAT PIETR* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOG* 100g (<i>MLE</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G, M. EX, SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2487.22 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10098.55 kJ; Białko ogółem: 111.47 g; Tłuszcz: 78.41 g; Węglowodany ogółem: 342.13 g; suma cukrów prostych: 79.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.87 g; Błonnik pokarmowy: 30.91 g; Sól: 9.37 g;		
poniedziałek 2024-06-24		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , POMIDOR 60g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), GALANTYNA DROB MIEL GOT ZNAT PIETR* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOG* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G, M. EX, SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2433.14 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9871.29 kJ; Białko ogółem: 97.61 g; Tłuszcz: 74.67 g; Węglowodany ogółem: 350.77 g; suma cukrów prostych: 92.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.75 g; Błonnik pokarmowy: 28.93 g; Sól: 8.60 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-06-24		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), GALANTYNA DROB MIEL GOT ZNAT PIETR* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BULKI 50G, M.EX, SAŁATA, SZYNKA DĘBOWA 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2468.84 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10029.53 kJ; Białko ogółem: 100.69 g; Tłuszcz: 70.69 g; Węglowodany ogółem: 364.85 g; suma cukrów prostych: 90.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.68 g; Błonnik pokarmowy: 27.53 g; Sól: 8.68 g;		
poniedziałek 2024-06-24		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ZOŁ		
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>), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g (<i>SEL</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml ,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), GALANTYNA DROB MIEL GOT ZNAT PIETR* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (<i>MLE</i>), SAŁATKA JARZYNOWA 3skł.* 80g (<i>MLE, SEL</i>), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 70g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BULKI 50G, M.EX, SERA BIAŁEGO 50G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2595.01 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10551.94 kJ; Białko ogółem: 120.65 g; Tłuszcz: 85.69 g; Węglowodany ogółem: 350.05 g; suma cukrów prostych: 100.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.70 g; Błonnik pokarmowy: 29.16 g; Sól: 4.87 g;		
poniedziałek 2024-06-24		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), POMIDOR 60g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), II Śniadanie: JABŁKO PIECZONE Z SEREM* 150g (<i>MLE</i>),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), GALANTYNA DROB MIEL GOT ZNAT PIETR* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOG* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 60g , SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BULKI 50G, M.EX, SAŁATA, SZYNKA DĘBOWA 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2822.94 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11507.89 kJ; Białko ogółem: 137.92 g; Tłuszcz: 91.72 g; Węglowodany ogółem: 369.95 g; suma cukrów prostych: 94.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.44 g; Błonnik pokarmowy: 31.70 g; Sól: 9.42 g;		
poniedziałek 2024-06-24		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 150ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , POMIDOR 60g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 200ml (<i>MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (<i>MLE</i>), GALANTYNA DROB MIEL GOT ZNAT PIETR* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 80g (<i>GLU</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOG* 80g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/CIUKRU* 250ml , Podwieczorek: BANAN 0.5szt ,	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>), SCHAB BENEDYKTA* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 80g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BULKI 30G, M.EX I SZYNKĄ DĘBOWĄ 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1766.70 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7223.86 kJ; Białko ogółem: 84.07 g; Tłuszcz: 53.33 g; Węglowodany ogółem: 260.18 g; suma cukrów prostych: 92.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.11 g; Błonnik pokarmowy: 21.43 g; Sól: 6.57 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-06-24		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), PIECZYWO B/GLUTENOWE* 100g (<i>ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , POMIDOR 60g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml ,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), BURACZKI GOTOWANE* 100g , SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOG* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	PIECZYWO B/GLUTENOWE* 120g (<i>ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), POLĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z PIECZ B/GLUT 50G.M.EX.SAŁ.SZYNKA DĘBOWA20G 1Por (<i>MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2323.82 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9379.91 kJ; Białko ogółem: 81.45 g; Tłuszcz: 77.27 g; Węglowodany ogółem: 326.37 g; suma cukrów prostych: 97.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.77 g; Błonnik pokarmowy: 27.47 g; Sól: 8.35 g;		
poniedziałek 2024-06-24		
Dieta: PAKOWANA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU MIX* 400ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA PIASTOWSKA WP MIELONA* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , POMIDOR B/SKÓRY 60g , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAKAO NA MLEKU B/CUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMN MIX* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), GALANTYNA DROB MIEL GOT Z NAT PIETR* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml , Podwieczorek: BANAN 1szt ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), POLĘDWICA DROB ANI MIEL* 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM B/ CUK* 200ml (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2544.11 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10352.51 kJ; Białko ogółem: 111.04 g; Tłuszcz: 65.94 g; Węglowodany ogółem: 387.32 g; suma cukrów prostych: 147.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.44 g; Błonnik pokarmowy: 33.96 g; Sól: 6.93 g;		
poniedziałek 2024-06-24		
Dieta: PŁYNNA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU PŁYNNA* 400ml (<i>JAJ, MLE</i>), GALARETKA OWOCOWA PŁYNNA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>), KAKAO NA MLEKU B/CUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), II Śniadanie: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),	PŁYNNA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml , JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), Podwieczorek: KISIEL* 150ml ,	PŁYNNA KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (<i>GLU, MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2206.90 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8922.03 kJ; Białko ogółem: 115.21 g; Tłuszcz: 74.20 g; Węglowodany ogółem: 277.39 g; suma cukrów prostych: 85.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.91 g; Błonnik pokarmowy: 23.14 g; Sól: 3.21 g;		
poniedziałek 2024-06-24		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , POMIDOR* 50g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAKAO NA MLEKU B/CUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), II Śniadanie: MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 100g ,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA GRYCZANA NA SYPKO 200g , GALANTYNA DROB MIEL GOT Z NAT PIETR* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOG* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml , Podwieczorek: JABŁKO 150g ,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 150g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), POLĘDWICA DROB ANI 70g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KISIEL B/C* 150ml , WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2685.71 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10937.43 kJ; Białko ogółem: 102.56 g; Tłuszcz: 72.81 g; Węglowodany ogółem: 419.36 g; suma cukrów prostych: 115.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.09 g; Błonnik pokarmowy: 42.29 g; Sól: 8.48 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-06-25		
Dieta: PODSTAWOWA		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA Z KURCZĄT* 50g , TWAROŻEK* 70g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , SAŁATA ROSZPONKA* 15g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR),	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMN ŻW* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA GRZYCZANA NA SYPKO 200g , BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (GLU), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA ZCZERWONEJ KAP ZOL/ 100g , FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g , PASTA Z CIECIERZYCY Z WARZYWAMI* 100g (GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ), OGÓREK KISZONY* 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2523.15 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10593.50 kJ; Białko ogółem: 111.50 g; Tłuszcz: 84.37 g; Węglowodany ogółem: 341.25 g; suma cukrów prostych: 69.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.79 g; Błonnik pokarmowy: 35.47 g; Sól: 5.50 g;		
wtorek 2024-06-25		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA Z KURCZĄT* 50g , TWAROŻEK* 70g (MLE), POMIDOR 60g , SAŁATA ROSZPONKA* 15g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR),	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (GLU), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA WARZYWNA Z OLI/ 100g (SEL), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (SOJ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2286.31 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9603.95 kJ; Białko ogółem: 111.59 g; Tłuszcz: 71.58 g; Węglowodany ogółem: 314.99 g; suma cukrów prostych: 64.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.53 g; Błonnik pokarmowy: 32.34 g; Sól: 5.87 g;		
wtorek 2024-06-25		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA Z KURCZĄT* 50g , TWAROŻEK* 70g (MLE), SAŁATA ROSZPONKA* 15g , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: JABŁKO 150g ,	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (GLU), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA WARZYWNA Z OLI/ 100g (SEL), FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), PASTA Z CIECIERZYCY Z WARZYWAMI* 100g (GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ), OGÓREK KISZONY* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX, SAŁ, POL DROB ANI 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2556.98 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10736.97 kJ; Białko ogółem: 111.48 g; Tłuszcz: 78.96 g; Węglowodany ogółem: 366.19 g; suma cukrów prostych: 76.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.15 g; Błonnik pokarmowy: 43.68 g; Sól: 6.62 g;		
wtorek 2024-06-25		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA Z KURCZĄT* 50g , TWAROŻEK* 70g (MLE), POMIDOR 60g , SAŁATA ROSZPONKA* 15g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR),	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (GLU), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA WARZYWNA Z OLI/ 100g (SEL), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), PASTA Z CIECIERZYCY Z WARZYWAMI* 100g (GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2388.21 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10034.27 kJ; Białko ogółem: 105.84 g; Tłuszcz: 74.18 g; Węglowodany ogółem: 337.04 g; suma cukrów prostych: 70.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.29 g; Błonnik pokarmowy: 37.14 g; Sól: 4.29 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-06-25 Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKA Z KURCZĄT* 50g , TWAROŻEK* 70g (MLE), WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), JABŁKO PRAŻONE* 60g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR),	ZUPA KOPERKOWA ZZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JEĆZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (GLU), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), CUKINIA PIECZONA* 100g , SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (SOJ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2360.49 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9938.65 kJ; Białko ogółem: 111.60 g; Tłuszcz: 66.53 g; Węglowodany ogółem: 342.50 g; suma cukrów prostych: 70.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.83 g; Błonnik pokarmowy: 27.40 g; Sól: 5.81 g;		
wtorek 2024-06-25 Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), FILET Z KURCZAKA GOT/B SOLI* 60g , TWAROŻEK* 70g (MLE), WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), JABŁKO PRAŻONE* 60g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	ZUPA KOPERKOWA ZZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), CUKINIA PIECZONA* 100g , SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml , Podwieczorek: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 70g , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2486.54 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10467.14 kJ; Białko ogółem: 139.39 g; Tłuszcz: 72.80 g; Węglowodany ogółem: 331.05 g; suma cukrów prostych: 76.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.93 g; Błonnik pokarmowy: 25.07 g; Sól: 4.78 g;		
wtorek 2024-06-25 Dieta: BOGATOBIĄŁKOWA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA Z KURCZĄT* 50g , TWAROŻEK* 70g (MLE), POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , SAŁATA ROSZPONKA* 15g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: JABŁKO PIECZONE Z SEREM* 150g (MLE),	ZUPA KALAFIOROWA ZZIEMNIAKAMI* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JEĆZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (GLU), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA WARZYWNA Z OLI/ 100g (SEL), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), PASTA Z CIECIERZYCY Z WARZYWAMI* 100g (GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX, SAŁ, POL DROB ANI 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2614.89 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10983.21 kJ; Białko ogółem: 115.23 g; Tłuszcz: 78.73 g; Węglowodany ogółem: 376.93 g; suma cukrów prostych: 83.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.07 g; Błonnik pokarmowy: 42.80 g; Sól: 5.19 g;		
wtorek 2024-06-25 Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 20g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKA Z KURCZĄT* 50g , TWAROŻEK* 50g (MLE), POMIDOR 60g , SAŁATA ROSZPONKA* 15g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA Z/C* 250ml , II Śniadanie: BISZKOPTY B/CUKRU* 20g (GLU, JAJ, ORZ),	ZUPA KALAFIOROWA ZZIEMNIAKAMI * 200ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (MLE), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS WŁASNY* 50ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA WARZYWNA Z OLI/ 100g (SEL), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml , Podwieczorek: TRUSKAWKI MROŻ W GALARETCIE OW* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g (SOJ), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1668.66 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7013.10 kJ; Białko ogółem: 91.61 g; Tłuszcz: 46.49 g; Węglowodany ogółem: 231.77 g; suma cukrów prostych: 69.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.92 g; Błonnik pokarmowy: 22.98 g; Sól: 4.81 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-06-25		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
RYŻNA MLEKU* 350ml (MLE), PIECZYWO B/GLUTENOWE* 100g (ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA Z KURCZĄT* 50g, TWAROŻEK* 70g (MLE), POMIDOR 60g, SAŁATA ROSZPONKA* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA Z/C* 250ml, II Śniadanie: JABŁKO 150g,	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAK B/ GLUT* 400ml (MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA B/GLUTENU* 80g, SURÓWKA WARZYWNA Z OLI 100g (SEL), SZPINAK GOTOWANY B/GLUTENU* 100g, KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml, Podwieczorek: KANAPKA Z PIECZ B/ GLUT 50G, M. EX., SAŁ, SZYNKA DĘBOWĄ 20G* 1Por (MLE, ORZ, SEZ),	PIECZYWO B/ GLUTENOWE* 120g (ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), PASTA Z CIECIERZYCY Z WARZYWAMI* 100g (GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/ CUKRU* 250ml, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2347.47 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9829.16 kJ; Białko ogółem: 85.73 g; Tłuszcz: 77.23 g; Węglowodany ogółem: 332.73 g; suma cukrów prostych: 93.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.48 g; Błonnik pokarmowy: 37.29 g; Sól: 5.99 g;		
wtorek 2024-06-25		
Dieta: PAKOWATA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKA Z KURCZĄT MIELONA* 50g, TWAROŻEK* 70g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), JABŁKO PRAŻONE* 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAK MIX* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), CUKINIA DUSZONA PUREE* 100g, SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, POLĘDWICA SOP DROB MIEL* 70g (SOJ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/ CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/ CUK* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2146.00 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9026.21 kJ; Białko ogółem: 109.48 g; Tłuszcz: 64.19 g; Węglowodany ogółem: 295.98 g; suma cukrów prostych: 93.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.60 g; Błonnik pokarmowy: 26.98 g; Sól: 4.63 g;		
wtorek 2024-06-25		
Dieta: PŁYNNA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU PŁYNNĄ* 400ml (GLU, JAJ, MLE), KISIEL* 150ml, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE),	PŁYNNĄ OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), SOK JABŁKOWY* 200ml, KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml, Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	PŁYNNĄ KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/ CUKRU* 250ml, KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU, MLE), Posiłek nocny: BUDYŃ* 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2262.58 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9515.80 kJ; Białko ogółem: 114.03 g; Tłuszcz: 74.49 g; Węglowodany ogółem: 293.04 g; suma cukrów prostych: 101.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.33 g; Błonnik pokarmowy: 23.64 g; Sól: 3.16 g;		
wtorek 2024-06-25		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA Z KURCZĄT* 50g, TWAROŻEK* 70g (MLE), POMIDOR 60g, SAŁATA ROSZPONKA* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA KALAFIOROWA Z MAK PEŁNOZIAR* 400ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KASZA GRYZANA NA SYPKO 200g, BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (GLU), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA WARZYWNA Z OLI 100g (SEL), FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml, Podwieczorek: JABŁKO 150g,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), PASTA Z CIECIERZYCY Z WARZYWAMI* 100g (GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/ CUKRU* 250ml, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2602.33 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10932.39 kJ; Białko ogółem: 116.29 g; Tłuszcz: 77.83 g; Węglowodany ogółem: 374.77 g; suma cukrów prostych: 93.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.77 g; Błonnik pokarmowy: 48.16 g; Sól: 6.15 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-06-26		
Dieta: PODSTAWOWA		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PIERŚ GOTOWANA WĘDZONA* 50g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), MIX SAŁAT* 15g, OGÓREK ŚWIEŻY 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml,	ZUPA PIECZARKOWA Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), GOŁĄBK I ZMIĘSA I RYŻU* 260g, SOS POMIDOROWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, SURÓWKA Z BIAŁEJ RZODKWI, MARCHWI I JABŁKA ZOL*/ 100g, ARBUZ 100g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BURACZKI ZCHRZANEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX. SAŁATA, SZYNKA TOSTOWA 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2529.87 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10561.46 kJ; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz: 81.55 g; Węglowodany ogółem: 368.37 g; suma cukrów prostych: 82.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.93 g; Błonnik pokarmowy: 33.83 g; Sól: 8.69 g;		
środa 2024-06-26		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PIERŚ GOTOWANA WĘDZONA* 50g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), MIX SAŁAT* 15g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI * 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (<i>JAJ</i>), SOS POMIDOROWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABL, KUK Z JOG/ 100g (<i>MLE</i>), ARBUZ 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYMKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX. SAŁATA, SZYNKA TOSTOWA 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2185.93 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9117.45 kJ; Białko ogółem: 91.96 g; Tłuszcz: 67.68 g; Węglowodany ogółem: 314.87 g; suma cukrów prostych: 58.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.26 g; Błonnik pokarmowy: 27.20 g; Sól: 6.92 g;		
środa 2024-06-26		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PIERŚ GOTOWANA WĘDZONA* 50g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), MIX SAŁAT* 15g, OGÓREK ŚWIEŻY 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI * 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (<i>JAJ</i>), SOS POMIDOROWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z BIAŁEJ RZODKWI, MARCHWI I JABŁKA Z JOG*/ 100g (<i>MLE</i>), ARBUZ 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BURACZKI ZCHRZANEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWY 50G, M.EX. SAŁATA, SZYNKA TOSTOWA 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2289.60 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9559.13 kJ; Białko ogółem: 97.87 g; Tłuszcz: 65.54 g; Węglowodany ogółem: 342.14 g; suma cukrów prostych: 74.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.59 g; Błonnik pokarmowy: 32.25 g; Sól: 10.25 g;		
środa 2024-06-26		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PIERŚ GOTOWANA WĘDZONA* 50g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), MIX SAŁAT* 15g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI * 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (<i>JAJ</i>), SOS POMIDOROWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABL, KUK Z JOG/ 100g (<i>MLE</i>), ARBUZ 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX. SAŁATA, SZYNKA TOSTOWA 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2224.28 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9283.90 kJ; Białko ogółem: 90.92 g; Tłuszcz: 67.52 g; Węglowodany ogółem: 324.74 g; suma cukrów prostych: 64.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.24 g; Błonnik pokarmowy: 24.72 g; Sól: 6.92 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-06-26		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), PIERŚ GOTOWANA WĘDZONA* 50g, PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g (<i>SEL</i>), BUKIET JARZYN GOTOWANY* 60g (<i>SEL</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (<i>JAJ</i>), SOS PIETRUSZKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g, DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM ZC* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX. SAŁATA, SZYMKĄ TOSTOWĄ 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2342.86 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9786.22 kJ; Białko ogółem: 89.57 g; Tłuszcz: 70.61 g; Węglowodany ogółem: 351.78 g; suma cukrów prostych: 69.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.64 g; Błonnik pokarmowy: 30.39 g; Sól: 7.00 g;		
środa 2024-06-26		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ZOŁ		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g (<i>SEL</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, BUKIET JARZYN GOTOWANY* 60g (<i>SEL</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 200ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (<i>JAJ</i>), SOS PIETRUSZKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g, DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (<i>MLE</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, SCHAB GOTB/SOLI* 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SCHAB GOTB/SOLI* 20g, MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2426.63 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10215.97 kJ; Białko ogółem: 108.67 g; Tłuszcz: 71.54 g; Węglowodany ogółem: 350.14 g; suma cukrów prostych: 68.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.55 g; Błonnik pokarmowy: 26.32 g; Sól: 4.45 g;		
środa 2024-06-26		
Dieta: BOGATOBIALKOWA		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PIERŚ GOTOWANA WĘDZONA* 50g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), MIX SAŁAT* 15g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: KANAPKA Z CHL RAZ 40G, M.EX. SAŁ, SERA BIAŁEGO 50 G 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (<i>JAJ</i>), SOS POMIDOROWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ, KUK Z JOG/ 100g (<i>MLE</i>), ARBUZ 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM ZC* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX. SAŁATA, SZYMKĄ TOSTOWĄ 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2486.38 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10383.00 kJ; Białko ogółem: 107.44 g; Tłuszcz: 78.72 g; Węglowodany ogółem: 349.72 g; suma cukrów prostych: 73.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.14 g; Błonnik pokarmowy: 27.05 g; Sól: 7.85 g;		
środa 2024-06-26		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 200ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), PIERŚ GOTOWANA WĘDZONA* 40g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), MIX SAŁAT* 15g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: SOK JABŁKOWY* 200ml,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI* 200ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (<i>MLE</i>), GOŁĄBK I Z MIĘSA I RYŻU W KAP. PEKIŃSKIEJ*(2 SZT) 260g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), SOS POMIDOROWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BROKUŁY GOTOWANE 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, ARBUZ 100g, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 20g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM ZC* 250ml, SZYMKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 30G, M.EX. SAŁATY, POL SOP 10G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1625.64 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6836.24 kJ; Białko ogółem: 73.46 g; Tłuszcz: 44.83 g; Węglowodany ogółem: 242.72 g; suma cukrów prostych: 77.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.73 g; Błonnik pokarmowy: 22.07 g; Sól: 5.11 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-06-26		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
MAKARON B/GLUTENOWY NA MLEKU* 350ml (JAJ, MLE), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g (SEL), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), MIX SAŁAT* 15g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/C UKRU* 250ml, II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAK B/GLUTENU* 400ml (MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU B/GLUTENU* 110g (JAJ), SOS POMIDOROWY B/GLUTENU* 100ml (MLE, SEL), ARBUZ 100g, SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁKUK Z JOG/ 100g (MLE), WODA ŻRÓDLANA NIEGAZ 500ml, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SZYMKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM ZC* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z PIECZ B/GLUT 50G, M. EX., SAŁ, POL. SOP 20G 1Por (MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2383.54 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9981.70 kJ; Białko ogółem: 88.19 g; Tłuszcz: 84.73 g; Węglowodany ogółem: 323.80 g; suma cukrów prostych: 88.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.74 g; Błonnik pokarmowy: 28.92 g; Sól: 9.10 g;		
środa 2024-06-26		
Dieta: PAKOWATA		
MAKARON ŚWID NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, JAJ, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), PIERŚ GOTOWANA WĘDZONA MIELONA* 50g, PASTA JAJECZNA* 60g (JAJ, MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOLAMI* 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: SOK JABŁKOWY* 200ml,	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (JAJ), SOS POMIDOROWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), ARBUZ 100g, BROKUŁY GOTOWANE B/ŁODYGI 100g, WODA ŻRÓDLANA NIEGAZ 500ml, Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM ZC* 250ml, SZYMKOWA WP MIELONA* 70g (MLE, GOR, SO2), Posiłek nocny: KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM B/ CUK* 200ml (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2199.19 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9257.68 kJ; Białko ogółem: 101.27 g; Tłuszcz: 64.76 g; Węglowodany ogółem: 315.13 g; suma cukrów prostych: 98.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.27 g; Błonnik pokarmowy: 25.36 g; Sól: 5.30 g;		
środa 2024-06-26		
Dieta: PŁYNNA		
MAKARON ŚWID NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, JAJ, MLE), KISIEL* 150ml, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	PŁYNNA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), WODA ŻRÓDLANA NIEGAZ 500ml, KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), Podwieczorek: GALARETKA OWOCOWA PŁYNNA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	PŁYNNA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM B/ CUK* 200ml (GLU, MLE), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM ZC* 250ml, BUDYŃ B/C* 150ml (MLE), Posiłek nocny: KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2101.27 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8841.12 kJ; Białko ogółem: 91.77 g; Tłuszcz: 64.15 g; Węglowodany ogółem: 298.15 g; suma cukrów prostych: 81.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.23 g; Błonnik pokarmowy: 24.13 g; Sól: 2.41 g;		
środa 2024-06-26		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
MAKARON ŚWID NA MLEKU* 350ml (GLU, JAJ, MLE), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), PIERŚ GOTOWANA WĘDZONA* 50g, MIX SAŁAT* 15g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, POMIDOR 60g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), SAŁATA MASŁOWA 10g, II Śniadanie: KANAPKA Z CHL RAZ 30G M.R. SZYNKĄ DĘB DR30G. 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ),	ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM PEŁNOZIARNISTYM* 400ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), KLOPSIK Z MIĘSA I RYŻU 110g (JAJ), SOS POMIDOROWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), ARBUZ 100g, SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁKUK Z JOG/ 100g (MLE), WODA ŻRÓDLANA NIEGAZ 500ml, Podwieczorek: WAFEL RYŻOWY 2 SZT* 20g (SEZ),	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM ZC* 250ml, SZYMKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M. EXZ WARZYW30G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2496.93 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10496.54 kJ; Białko ogółem: 99.02 g; Tłuszcz: 73.96 g; Węglowodany ogółem: 369.95 g; suma cukrów prostych: 63.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.08 g; Błonnik pokarmowy: 31.01 g; Sól: 8.29 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-06-27		
Dieta: PODSTAWOWA		
RYŻ NA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, SER ŻÓŁTY 20g (MLE), POMIDOR 60g, RUKOLA* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml,	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), UDZIEC Z KURCZAKA PANIEROWANY* 110g (GLU, JAJ, SOJ, ORZ), MIZERIA* 100g (MLE), JABŁKO 150g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2252.25 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9462.04 kJ; Białko ogółem: 87.72 g; Tłuszcz: 79.03 g; Węglowodany ogółem: 308.93 g; suma cukrów prostych: 64.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.28 g; Błonnik pokarmowy: 25.49 g; Sól: 9.84 g;		
czwartek 2024-06-27		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
RYŻ NA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, TWARÓŻEK* 70g (MLE), RUKOLA* 15g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml,	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OL/ 100g, JABŁKO 150g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2258.17 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9488.84 kJ; Białko ogółem: 99.83 g; Tłuszcz: 75.18 g; Węglowodany ogółem: 307.83 g; suma cukrów prostych: 76.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.87 g; Błonnik pokarmowy: 27.72 g; Sól: 7.35 g;		
czwartek 2024-06-27		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
RYŻ NA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, TWARÓŻEK* 70g (MLE), POMIDOR 60g, RUKOLA* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), MIZERIA* 100g (MLE), JABŁKO 150g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, Podwieczorek: KISIEL B/C* 150ml,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWY, M. EX, SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2250.62 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9468.96 kJ; Białko ogółem: 103.85 g; Tłuszcz: 67.99 g; Węglowodany ogółem: 318.36 g; suma cukrów prostych: 64.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.04 g; Błonnik pokarmowy: 26.97 g; Sól: 10.40 g;		
czwartek 2024-06-27		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
RYŻ NA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, TWARÓŻEK* 70g (MLE), RUKOLA* 15g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml,	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OL/ 100g, JABŁKO 150g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2276.57 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9570.44 kJ; Białko ogółem: 98.79 g; Tłuszcz: 75.02 g; Węglowodany ogółem: 312.71 g; suma cukrów prostych: 76.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.84 g; Błonnik pokarmowy: 25.24 g; Sól: 7.35 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-06-27		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
RYŻ NA MLEKU* 350ml (MLE), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, TWAROŻEK* 70g (MLE), JABŁKO PRAŻONE* 60g, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml,	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (GLU), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2207.15 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9286.13 kJ; Białko ogółem: 101.56 g; Tłuszcz: 66.74 g; Węglowodany ogółem: 309.90 g; suma cukrów prostych: 70.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.96 g; Błonnik pokarmowy: 22.27 g; Sól: 7.43 g;		
czwartek 2024-06-27		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ZOŁ		
RYŻ NA MLEKU* 350ml (MLE), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), TWAROŻEK* 70g (MLE), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA B/SOLI* 50g (SEL, GOR), JABŁKO PRAŻONE* 60g, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (GLU), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, Podwieczorek: KISIEL B/C* 150ml,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, SCHAB GOT B/SOLI* 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: MIÓD JEDN 25g/op. 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2329.34 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9804.84 kJ; Białko ogółem: 111.91 g; Tłuszcz: 70.04 g; Węglowodany ogółem: 324.41 g; suma cukrów prostych: 74.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.98 g; Błonnik pokarmowy: 23.91 g; Sól: 4.23 g;		
czwartek 2024-06-27		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
RYŻ NA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB RAZOWY* 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, TWAROŻEK* 70g (MLE), POMIDOR 60g, RUKOLA* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: KANAPKA Z BUŁKI 30g Z MEX I SZYNKĄ Z INDYKA 30g * 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OL/ 100g, JABŁKO 150g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, Podwieczorek: BUDYŃ* 150ml (MLE),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2538.53 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10673.64 kJ; Białko ogółem: 108.84 g; Tłuszcz: 82.13 g; Węglowodany ogółem: 352.95 g; suma cukrów prostych: 92.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.56 g; Błonnik pokarmowy: 27.08 g; Sól: 8.62 g;		
czwartek 2024-06-27		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
RYŻ NA MLEKU* 150ml (MLE), CHLEB RAZOWY* 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, TWAROŻEK* 50g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, RUKOLA* 15g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: BISZKOPTY B/CIUKRU* 20g (GLU, JAJ, ORZ),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 200ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (MLE), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OL/ 100g, JABŁKO 150g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, Podwieczorek: SOK JABŁKOWY* 200ml,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 50g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1661.09 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6989.38 kJ; Białko ogółem: 76.68 g; Tłuszcz: 49.17 g; Węglowodany ogółem: 236.92 g; suma cukrów prostych: 88.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.89 g; Błonnik pokarmowy: 20.64 g; Sól: 5.62 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-06-27 Dieta: BEZGLUTENOWA		
RYŻNA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, TWAROŻEK* 70g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, RUKOLA* 15g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: JABŁKO 150g,	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMNI* 400ml (MLE), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA ZOL/ 100g, JABŁKO 150g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, Podwieczorek: SOK POMIDOROWY* 1szt,	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2259.12 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9469.44 kJ; Białko ogółem: 83.73 g; Tłuszcz: 77.80 g; Węglowodany ogółem: 314.49 g; suma cukrów prostych: 102.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.81 g; Błonnik pokarmowy: 30.00 g; Sól: 8.55 g;		
czwartek 2024-06-27 Dieta: PAPKOWATA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, TWAROŻEK* 70g (MLE), SZYNKA WP. Z KOTŁA MIELONA* 50g, JABŁKO PRAŻONE* 60g, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (GLU, JAJ, MLE),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZEMNI MIX* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (GLU), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, Podwieczorek: SOK POMIDOROWY* 1szt,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA MIELONA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2301.55 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9676.01 kJ; Białko ogółem: 112.92 g; Tłuszcz: 70.17 g; Węglowodany ogółem: 317.91 g; suma cukrów prostych: 85.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.63 g; Błonnik pokarmowy: 29.74 g; Sól: 8.26 g;		
czwartek 2024-06-27 Dieta: PŁYNNA		
RYŻNA MLEKU PŁYNNA* 400ml (JAJ, MLE), JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: SOK JABŁKOWY* 200ml,	PŁYNNA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, KISIEL* 150ml, Podwieczorek: GALARETKA OWOCOWA PŁYNNA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	PŁYNNA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), TWAROŻEK MIX* 110g (MLE), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1960.57 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8244.89 kJ; Białko ogółem: 101.15 g; Tłuszcz: 63.91 g; Węglowodany ogółem: 254.83 g; suma cukrów prostych: 81.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.11 g; Błonnik pokarmowy: 25.99 g; Sól: 3.41 g;		
czwartek 2024-06-27 Dieta: BOGATORESZTKOWA		
RYŻNA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, TWAROŻEK* 70g (MLE), POMIDOR 70g, RUKOLA* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: JABŁKO 150g,	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMNI* 400ml (GLU, MLE, SEL), RYŻBRAZOWY NA SYPKO* 200g, UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), MIZERIA* 100g (MLE), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, Podwieczorek: SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/CIUK* 1szt,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2415.45 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10170.85 kJ; Białko ogółem: 104.66 g; Tłuszcz: 63.59 g; Węglowodany ogółem: 371.49 g; suma cukrów prostych: 86.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.16 g; Błonnik pokarmowy: 32.73 g; Sól: 9.90 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-06-28		
Dieta: PODSTAWOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 50g , MIÓD JEDN 25g/op. 2szt , POMIDOR 60g , SAŁATA LODOWA* 20g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA RUMFORDZKA* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), RYBA FILET SMAŻONY (MIRUNA)* 110g (<i>GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), ARBUZ 100g , SURÓWKA Z KAPUSTY MŁODEJ Z KOPERKIEM I OL* 101g , KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z/C* 250g ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 120g (<i>MLE</i>), RZODKIEWKA 30g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BULKI50G, M.EX, SAŁATA, SZYNKA DĘBOWA20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2639.77 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11123.40 kJ; Białko ogółem: 112.60 g; Tłuszcz: 78.20 g; Węglowodany ogółem: 385.78 g; suma cukrów prostych: 68.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.61 g; Błonnik pokarmowy: 27.65 g; Sól: 6.18 g;		
piątek 2024-06-28		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 50g , MIÓD JEDN 25g/op. 2szt , POMIDOR 60g , SAŁATA LODOWA* 20g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g , KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z/C* 250g , ARBUZ 100g , SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 120g (<i>MLE</i>), RZODKIEWKA 30g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BULKI50G, M.EX, SAŁATA, SZYNKA DĘBOWA20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2386.54 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10055.12 kJ; Białko ogółem: 105.37 g; Tłuszcz: 71.54 g; Węglowodany ogółem: 344.07 g; suma cukrów prostych: 77.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.58 g; Błonnik pokarmowy: 25.33 g; Sól: 5.60 g;		
piątek 2024-06-28		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYŚW. WĘGL.		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 50g , POWIDŁA JABŁKOWE* 60g , SAŁATA LODOWA* 20g , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g , ARBUZ 100g , SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻONEJ B/C* 250ml , Podwieczorek: 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% 1 15g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 120g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , RZODKIEWKA 30g , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G, M.EX, SAŁ I SZYNKA DĘB 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2344.06 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9870.62 kJ; Białko ogółem: 111.56 g; Tłuszcz: 71.49 g; Węglowodany ogółem: 329.70 g; suma cukrów prostych: 83.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.41 g; Błonnik pokarmowy: 30.05 g; Sól: 6.06 g;		
piątek 2024-06-28		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 50g , MIÓD JEDN 25g/op. 2szt , POMIDOR 60g , SAŁATA LODOWA* 20g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g , ARBUZ 100g , KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z/C* 250g ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 120g (<i>MLE</i>), RZODKIEWKA 30g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BULKI50G, M.EX, SAŁATA, SZYNKA DĘBOWA20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2404.94 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10136.72 kJ; Białko ogółem: 104.33 g; Tłuszcz: 71.38 g; Węglowodany ogółem: 348.95 g; suma cukrów prostych: 77.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.55 g; Błonnik pokarmowy: 22.85 g; Sól: 5.60 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-06-28		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 50g, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, JABŁKO PRAŻONE* 80g, BUKIET JARZYN GOTOWANY* 60g (<i>SEL</i>), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SOS GRECKI B/KONC. POMIDOR. 100g (<i>GLU, SEL</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA ZIC* 250g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 120g (<i>MLE</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BULKI 50G, M.EX, SAŁATA, SZYNKA DĘBOWA 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2548.95 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10737.81 kJ; Białko ogółem: 108.28 g; Tłuszcz: 70.62 g; Węglowodany ogółem: 386.15 g; suma cukrów prostych: 95.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.16 g; Błonnik pokarmowy: 29.56 g; Sól: 5.97 g;		
piątek 2024-06-28		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ZOŁ		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SCHAB GOT B/SOLI* 50g, MIÓD JEDN 25g/op. 1szt, JABŁKO PRAŻONE* 60g, BUKIET JARZYN GOTOWANY* 60g (<i>SEL</i>), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g, SOS GRECKI B/KONC. POMIDOR. 100g (<i>GLU, SEL</i>), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA ZIC* 250g, Podwieczorek: BISZKOPTY B/CIUKRU* 20g (<i>GLU, JAJ, ORZ</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (<i>MLE</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 80g (<i>SEL</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX, SERA BIAŁEGO 50G 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2600.78 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10944.57 kJ; Białko ogółem: 118.12 g; Tłuszcz: 81.98 g; Węglowodany ogółem: 364.39 g; suma cukrów prostych: 104.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.68 g; Błonnik pokarmowy: 31.51 g; Sól: 4.67 g;		
piątek 2024-06-28		
Dieta: BOGATOBIALKOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 50g, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA ZIC* 250g, ARBUZ 100g, Podwieczorek: BISZKOPTY B/CIUKRU* 20g (<i>GLU, JAJ, ORZ</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>), TWAROŻEK* 120g (<i>MLE</i>), RZODKIEWKA 30g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX, SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2514.54 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10599.32 kJ; Białko ogółem: 111.56 g; Tłuszcz: 71.31 g; Węglowodany ogółem: 370.14 g; suma cukrów prostych: 90.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.57 g; Błonnik pokarmowy: 25.36 g; Sól: 6.02 g;		
piątek 2024-06-28		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
KASZA MANNA NA MLEKU* 150ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 50g, MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, SAŁATA LODOWA* 20g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 200ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (<i>MLE</i>), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g, BROKULY GOTOWANE* 100g, KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA ZIC* 250g, Podwieczorek: ARBUZ* 150g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 120g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, RZODKIEWKA 30g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX, SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2040.68 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8610.98 kJ; Białko ogółem: 100.58 g; Tłuszcz: 55.36 g; Węglowodany ogółem: 297.67 g; suma cukrów prostych: 76.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.79 g; Błonnik pokarmowy: 22.73 g; Sól: 5.03 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-06-28		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (<i>ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 50g , MIÓD JEDN 25g/op. 2szt , POMIDOR 60g , SAŁATA LODOWA* 20g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM B/GLUTENU* 400ml (<i>MLE, SEL</i>), ZIEMNIKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ,</i> <i>SO2</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g , KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z/C* 250g , ARBUZ 100g , Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZ* 20g ,	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (<i>ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 120g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , RZODKIEWKA 30g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z PIECZ B/GLUT 50G, M.EX., SAŁ., SZYNKA DĘBOWA 20G 1Por (<i>MLE,</i> <i>ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2318.15 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9388.61 kJ; Białko ogółem: 87.47 g; Tłuszcz: 69.08 g; Węglowodany ogółem: 342.77 g; suma cukrów prostych: 83.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.78 g; Błonnik pokarmowy: 24.61 g; Sól: 5.54 g;		
piątek 2024-06-28		
Dieta: PAKOWATA		
KASZA MANNA NA MLEKU MIX* 400ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i> <i>MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA MIELONA* 50g , MIÓD JEDN 25g/op. 2szt , JABŁKO PRAŻONE* 80g , BUKIET JARZYN GOTOWANY* 60g (<i>SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM MIX* 400ml (<i>GLU,</i> <i>MLE, SEL</i>), ZIEMNIKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PULPET RYBNY * 100g (<i>GLU, JAJ, RYB,</i> <i>SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SOS GRECKI B/KONC. POMIDOR. 100g (<i>GLU, SEL</i>), ARBUZ 100g , KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z/C* 250g , Podwieczorek: KISIEL* 150ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i> <i>MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 120g (<i>MLE</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt , WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2423.93 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10215.90 kJ; Białko ogółem: 116.94 g; Tłuszcz: 63.59 g; Węglowodany ogółem: 362.72 g; suma cukrów prostych: 115.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.45 g; Błonnik pokarmowy: 31.94 g; Sól: 5.81 g;		
piątek 2024-06-28		
Dieta: PŁYNNA		
KASZA MANNA NA MLEKU PLYNNA* 400ml (<i>GLU,</i> <i>JAJ, MLE</i>), JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU,</i> <i>SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: SOK JABŁKOWY* 200ml ,	PŁYNNA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z/C* 250g , KISIEL* 150ml , Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	PŁYNNA KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (<i>GLU, MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: BUDYN* 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2237.38 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9415.30 kJ; Białko ogółem: 103.19 g; Tłuszcz: 71.62 g; Węglowodany ogółem: 303.81 g; suma cukrów prostych: 109.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.66 g; Błonnik pokarmowy: 22.94 g; Sól: 2.65 g;		
piątek 2024-06-28		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ,</i> <i>SEZ</i>), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI,</i> <i>SOJ, MLE, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA DROBIOWA GOTOWANA* 50g , MIÓD JEDN 25g/op. 2szt , SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , SAŁATA LODOWA* 20g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE,</i> <i>GOR</i>), II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM* 400ml (<i>GLU, MLE,</i> <i>SEL</i>), RYŻ BRAZOWY NA SYPKO * 200g , RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (<i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL,</i> <i>GOR, SEZ, SO2</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU,</i> <i>MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z OL*/ 100g , KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ, I JABŁKA Z/C* 250g , ARBUZ 100g , Podwieczorek: JABŁKO 150g ,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI,</i> <i>SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 120g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , RZODKIEWKA 30g , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWY 50G, M.EX. , SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE,</i> <i>ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2692.01 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11351.02 kJ; Białko ogółem: 115.08 g; Tłuszcz: 68.94 g; Węglowodany ogółem: 421.98 g; suma cukrów prostych: 97.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.68 g; Błonnik pokarmowy: 35.95 g; Sól: 6.36 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-06-29		
Dieta: PODSTAWOWA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g (<i>MLE, GOR</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , JABŁKO 150g , HERBATA B/CUKRU* 250ml ,	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), KASZA JEĆZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 100g (<i>SEL</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI 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>), SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNA B/CUKRU* 250ml , MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2371.19 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9809.39 kJ; Białko ogółem: 97.81 g; Tłuszcz: 72.95 g; Węglowodany ogółem: 348.09 g; suma cukrów prostych: 68.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.97 g; Błonnik pokarmowy: 36.18 g; Sól: 7.47 g;		
sobota 2024-06-29		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g (<i>MLE, GOR</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), POMIDOR 60g , JABŁKO 150g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml ,	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), KASZA JEĆZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 100g (<i>SEL</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN ZCYTRYNA B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2408.79 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9964.39 kJ; Białko ogółem: 100.25 g; Tłuszcz: 77.17 g; Węglowodany ogółem: 345.73 g; suma cukrów prostych: 69.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.13 g; Błonnik pokarmowy: 36.56 g; Sól: 7.36 g;		
sobota 2024-06-29		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g (<i>MLE, GOR</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), POMIDOR 60g , JABŁKO 150g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: KRAKERSY 15g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>),	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), KASZA JEĆZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 100g (<i>SEL</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , Podwieczorek: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g , HERBATA GRAN ZCYTRYNA B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G,M,EX,SAI, POL SOP DR 20G* 1Pα (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2589.50 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10725.25 kJ; Białko ogółem: 104.51 g; Tłuszcz: 81.52 g; Węglowodany ogółem: 377.58 g; suma cukrów prostych: 67.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.62 g; Błonnik pokarmowy: 38.09 g; Sól: 8.80 g;		
sobota 2024-06-29		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g (<i>MLE, GOR</i>), TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , JABŁKO 150g ,	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), KASZA JEĆZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 100g (<i>SEL</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN ZCYTRYNA B/CUKRU* 250ml , MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2419.99 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10020.74 kJ; Białko ogółem: 103.00 g; Tłuszcz: 73.39 g; Węglowodany ogółem: 353.29 g; suma cukrów prostych: 72.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.98 g; Błonnik pokarmowy: 34.29 g; Sól: 7.19 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-06-29		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g (<i>MLE, GOR</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml , WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g , PASTA Z BIAŁKA JAJKA Z ZIEL PIETR* 60g (<i>JAJ, MLE</i>),	ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI W GLAZURZE* 100g , MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNNA KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATKA JARZYNOWA 3skl.* 80g (<i>MLE, SEL</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2529.29 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10478.73 kJ; Białko ogółem: 103.36 g; Tłuszcz: 76.93 g; Węglowodany ogółem: 373.85 g; suma cukrów prostych: 80.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.30 g; Błonnik pokarmowy: 37.44 g; Sól: 7.67 g;		
sobota 2024-06-29		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), FILET Z KURCZAKA GOT/B SOLI* 60g , TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (<i>MLE</i>), WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , II Śniadanie: BISZKOPTY B/CIUKRU* 20g (<i>GLU, JAJ, ORZ</i>),	ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), BURACZKI W GLAZURZE* 100g , MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z CUK* 250ml , Podwieczorek: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (<i>MLE</i>), SCHAB GOT B/SOLI * 70g , SAŁATKA JARZYNOWA 3skl.* 80g (<i>MLE, SEL</i>), HERBATA Z/C * 250ml , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ * 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2585.99 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10886.25 kJ; Białko ogółem: 136.41 g; Tłuszcz: 74.30 g; Węglowodany ogółem: 359.82 g; suma cukrów prostych: 107.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.27 g; Błonnik pokarmowy: 34.15 g; Sól: 4.84 g;		
sobota 2024-06-29		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g (<i>MLE, GOR</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), POMIDOR 60g , JABŁKO 150g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , II Śniadanie: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX, POL DROB ANI 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN* 400ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 100g (<i>SEL</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/CIUKRU* 250ml , Podwieczorek: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2683.54 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11125.24 kJ; Białko ogółem: 109.91 g; Tłuszcz: 84.44 g; Węglowodany ogółem: 388.44 g; suma cukrów prostych: 75.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.69 g; Błonnik pokarmowy: 36.34 g; Sól: 8.58 g;		
sobota 2024-06-29		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 150ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), POLĘDMCA DROB ANI 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), POMIDOR 60g , JABŁKO 100g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , II Śniadanie: SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/ CUK* 1szt,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 200ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDKO GOTOWANE* 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), BURACZKI W GLAZURZE* 100g , SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 100g (<i>SEL</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z CUK* 250ml , Podwieczorek: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 20g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 60g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2066.27 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8669.40 kJ; Białko ogółem: 105.92 g; Tłuszcz: 78.66 g; Węglowodany ogółem: 244.20 g; suma cukrów prostych: 88.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.86 g; Błonnik pokarmowy: 22.37 g; Sól: 6.67 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-06-29		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
RYŻNA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g (MLE, GOR), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), POMIDOR 60g, JABŁKO 150g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: CHRUPKI KUKURYDZ* 20g,	ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI B/ GLUT* 400ml (MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), BITKA DROB GOTOWANA B/GLUTENU* 80g, BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (MLE), SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 100g (SEL), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), SZYMKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2256.38 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9300.22 kJ; Białko ogółem: 85.49 g; Tłuszcz: 75.58 g; Węglowodany ogółem: 320.57 g; suma cukrów prostych: 85.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.19 g; Błonnik pokarmowy: 36.57 g; Sól: 8.51 g;		
sobota 2024-06-29		
Dieta: PAKOWATA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT MIELONA* 50g (MLE, GOR), PASTA JAJECZNA* 60g (JAJ, MLE), WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), JABŁKO PIECZONE* 150g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: CHRUPKI KUKURYDZ* 20g,	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, Podwieczorek: BUDYŃ* 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYMKOWA WP MIELONA* 70g (MLE, GOR, SO2), ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), POMIDOR B/SKÓRY 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2326.67 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9628.06 kJ; Białko ogółem: 109.97 g; Tłuszcz: 69.50 g; Węglowodany ogółem: 330.31 g; suma cukrów prostych: 95.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.89 g; Błonnik pokarmowy: 31.71 g; Sól: 6.53 g;		
sobota 2024-06-29		
Dieta: PŁYNNA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU PŁYNNYM* 400ml (GLU, JAJ, MLE), KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	PŁYNNA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, GALARETKA OWOCOWA PŁYNNYM* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ), Podwieczorek: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE),	PŁYNNA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), BUDYŃ B/C* 150ml (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2012.00 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8456.03 kJ; Białko ogółem: 112.76 g; Tłuszcz: 71.16 g; Węglowodany ogółem: 237.97 g; suma cukrów prostych: 69.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.79 g; Błonnik pokarmowy: 22.41 g; Sól: 3.42 g;		
sobota 2024-06-29		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIM* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g (MLE, GOR), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, JABŁKO 150g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: KANAPKA Z CH RAZ 30G, MEX, SZYNKA DEBOWĄ DROBIOWĄ 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ),	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN* 400ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g (SEL), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (MLE), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, Podwieczorek: SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOG* 130g (MLE),	CHLEB PSZENNO ŻYTNIM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), SZYMKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2623.25 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10872.80 kJ; Białko ogółem: 103.95 g; Tłuszcz: 76.95 g; Węglowodany ogółem: 401.52 g; suma cukrów prostych: 83.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.03 g; Błonnik pokarmowy: 46.90 g; Sól: 10.15 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-06-30		
Dieta: PODSTAWOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , BROKUŁY GOTOWANE 60g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml,	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), FILET Z KURCZAKA PANIEROWANY* 110g (<i>GLU, JAJ, SOJ, ORZ</i>), JABŁKO 150g, SURÓWKA Z KAP PEK Z OGÓRKA, KUK Z JOG*/100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS 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>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), OGÓREK ŚWIEŻY 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2389.73 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9682.19 kJ; Białko ogółem: 97.21 g; Tłuszcz: 77.04 g; Węglowodany ogółem: 340.15 g; suma cukrów prostych: 89.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.56 g; Błonnik pokarmowy: 27.09 g; Sól: 7.66 g;		
niedziela 2024-06-30		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , POMIDOR 60g, BROKUŁY GOTOWANE 60g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml,	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS KOPEKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), JABŁKO 150g, SURÓWKA Z KAP PEK, OGÓRKA, KUK Z JOG* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS Z CUK* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), BUKIET JARZYN GOTOWANY* 80g (<i>SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2230.71 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9022.04 kJ; Białko ogółem: 103.98 g; Tłuszcz: 62.99 g; Węglowodany ogółem: 327.34 g; suma cukrów prostych: 94.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.67 g; Błonnik pokarmowy: 31.04 g; Sól: 7.44 g;		
niedziela 2024-06-30		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, SER ŻÓŁTY 20g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, BROKUŁY GOTOWANE 60g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, II Śniadanie: WAFEL RYŻOWY 2 SZT* 20g (<i>SEZ</i>),	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS KOPEKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), JABŁKO 150g, SURÓWKA Z KAP PEK, OGÓRKA, KUK Z JOG* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml, Podwieczorek: KISIEL B/C* 150ml,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), OGÓREK ŚWIEŻY 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 30g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 15g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2239.45 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9055.73 kJ; Białko ogółem: 106.73 g; Tłuszcz: 69.56 g; Węglowodany ogółem: 309.20 g; suma cukrów prostych: 54.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.34 g; Błonnik pokarmowy: 28.18 g; Sól: 8.55 g;		
niedziela 2024-06-30		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , POMIDOR 60g, BROKUŁY GOTOWANE 60g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g,	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS KOPEKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), JABŁKO 150g, SURÓWKA Z KAP PEK, OGÓRKA, KUK Z JOG* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS Z CUK* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BUKIET JARZYN GOTOWANY* 80g (<i>SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2249.11 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9103.64 kJ; Białko ogółem: 102.94 g; Tłuszcz: 62.83 g; Węglowodany ogółem: 332.22 g; suma cukrów prostych: 95.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.65 g; Błonnik pokarmowy: 28.56 g; Sól: 7.44 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-06-30		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, JABŁKO PRAŻONE* 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml,	ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS Z CUK* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ ZC * 250ml, BUKIET JARZYN GOTOWANY* 80g (<i>SEL</i>), Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2230.77 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9033.62 kJ; Białko ogółem: 99.51 g; Tłuszcz: 55.59 g; Węglowodany ogółem: 348.51 g; suma cukrów prostych: 113.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.46 g; Błonnik pokarmowy: 30.11 g; Sól: 6.86 g;		
niedziela 2024-06-30		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA WP GOT B/SOLI* 60g, DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, JABŁKO PRAŻONE* 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	ZUPA JARZYNOWA Z MAKARONEM* 200ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS Z CUK* 250ml, Podwieczorek: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (<i>MLE</i>), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 100g (<i>SEL</i>), BUKIET JARZYN GOTOWANY* 80g (<i>SEL</i>), HERBATA ZC* 250ml, Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2305.79 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9343.87 kJ; Białko ogółem: 100.32 g; Tłuszcz: 66.81 g; Węglowodany ogółem: 341.46 g; suma cukrów prostych: 111.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.66 g; Błonnik pokarmowy: 30.62 g; Sól: 4.09 g;		
niedziela 2024-06-30		
Dieta: BOGATOBIALKOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, BROKUŁY GOTOWANE 60g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, II Śniadanie: KANAPKA Z BUŁKI 50g, SAŁ, M.EX, SZYNKI Z INDYKA 20G* 1Pα (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), JABŁKO 150g, SURÓWKA Z KAP PEK, OGÓRK, KUK Z JOG* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS Z CUK* 250ml, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BUKIET JARZYN GOTOWANY* 80g (<i>SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2499.89 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10160.20 kJ; Białko ogółem: 114.14 g; Tłuszcz: 70.20 g; Węglowodany ogółem: 368.16 g; suma cukrów prostych: 103.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.60 g; Błonnik pokarmowy: 30.73 g; Sól: 8.96 g;		
niedziela 2024-06-30		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 30g, TWARÓŻEK* 50g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g, BROKUŁY GOTOWANE 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, II Śniadanie: WAFEL RYŻOWY 2 SZT* 20g (<i>SEZ</i>),	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM * 200ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (<i>MLE</i>), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), JABŁKO 150g, SURÓWKA Z KAP PEK, OGÓRK, KUK Z JOG* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS Z CUK* 250ml, Podwieczorek: TRUSKAWKI MROŻ W GALARETCIE OW* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BUKIET JARZYN GOTOWANY* 80g (<i>SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>), BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1805.12 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7245.90 kJ; Białko ogółem: 95.55 g; Tłuszcz: 45.37 g; Węglowodany ogółem: 264.85 g; suma cukrów prostych: 77.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.15 g; Błonnik pokarmowy: 25.78 g; Sól: 5.57 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-06-30		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (<i>ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, POMIDOR 60g, BROKUŁY GOTOWANE 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, II Śniadanie: WAFEL RYŻOWY 2 SZT* 20g (<i>SEZ</i>),	ZJPA POMIDOROWA ZMAKARONEM B/ GLUT* 400ml (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), JABŁKO 150g, SURÓWKA ZKAP PEK, OGÓRK, KUK Z JOG* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS ZCUK* 250ml, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (<i>ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BUKIET JARZYN GOTOWANY* 80g (<i>SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2208.47 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8916.57 kJ; Białko ogółem: 91.39 g; Tłuszcz: 60.92 g; Węglowodany ogółem: 330.96 g; suma cukrów prostych: 107.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.80 g; Błonnik pokarmowy: 27.54 g; Sól: 7.63 g;		
niedziela 2024-06-30		
Dieta: PAPPKOWATA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU MIX* 400ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA MIELONA* 50g, DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, BROKUŁY GOTOWANE B/ŁODYGI 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZJPA POMIDOROWA ZMAKARONEM MIX* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS ZCUK* 250ml, Podwieczorek: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, ZJPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BUKIET JARZYN GOTOWANY* 80g (<i>SEL</i>), Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2272.19 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9199.03 kJ; Białko ogółem: 106.60 g; Tłuszcz: 65.45 g; Węglowodany ogółem: 331.42 g; suma cukrów prostych: 112.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.57 g; Błonnik pokarmowy: 34.47 g; Sól: 7.55 g;		
niedziela 2024-06-30		
Dieta: PLYNNA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU PLYNNA* 400ml (<i>JAJ, MLE</i>), KISIEL SONDA* 150ml, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	PLYNNA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS ZCUK* 250ml, SOK POMIDOROWY* 1szt, Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	PLYNNA KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), TWAROŻEK MIX* 110g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1985.40 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7988.13 kJ; Białko ogółem: 109.13 g; Tłuszcz: 67.71 g; Węglowodany ogółem: 245.73 g; suma cukrów prostych: 79.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.05 g; Błonnik pokarmowy: 29.67 g; Sól: 5.30 g;		
niedziela 2024-06-30		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, POMIDOR 60g, BROKUŁY GOTOWANE 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, II Śniadanie: WAFEL RYŻOWY 2 SZT* 20g (<i>SEZ</i>),	ZJPA POMIDOROWA ZMAKARONEM PEŁNOZIARNISTYM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), RYŻBRAZOWY NA SYPKO* 200g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), JABŁKO 150g, SURÓWKA ZKAP PEK, OGÓRK, KUK Z JOG* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS ZCUK* 250ml, Podwieczorek: JABŁKO 150g,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BUKIET JARZYN GOTOWANY* 80g (<i>SEL</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>), BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2479.73 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10085.64 kJ; Białko ogółem: 109.27 g; Tłuszcz: 53.78 g; Węglowodany ogółem: 406.47 g; suma cukrów prostych: 108.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.00 g; Błonnik pokarmowy: 42.80 g; Sól: 7.83 g;		

Dietetyk