

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-03-27</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g ( <b>SOJ</b> ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g , MIX SAŁATA* 15g , SAŁATA MASŁOWA 10g ,	ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMNIAKAMI* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), KASZA GRYCZANA NA SYPKO 200g , ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SURÓWKA Z CZERWONEJ KAP ZOL/ 100g , BROKUŁY GOTOWANE * 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ500ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g ( <b>MLE</b> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), BURACZKI Z CHRZANEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z BUŁKI 50G, M EX Z SEREM B 50g 1Por ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2563.76 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10778.51 kJ; Białko ogółem: 106.35 g; Tłuszcz: 82.17 g; Węglowodany ogółem: 365.64 g; suma cukrów prostych: 82.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.90 g; Błonnik pokarmowy: 30.66 g; Sól: 7.86 g;		
<b>środa 2024-03-27</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA BEZ MLEKA</b>		
KASZA MANNA NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g ( <b>SOJ</b> ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g , MIX SAŁATA* 15g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml ,	ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMNIAKAMI* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), KASZA GRYCZANA NA SYPKO 200g , ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SURÓWKA Z CZERWONEJ KAP ZOL/ 100g , BROKUŁY GOTOWANE * 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ500ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g ( <b>MLE</b> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), PASTA DROBOWO-WARZYWNA B/SOLI* 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), BURACZKI Z CHRZANEM * 70g , HERBATA Z/C* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M EX, POL DROB ANI 20G 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2502.05 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10511.70 kJ; Białko ogółem: 98.18 g; Tłuszcz: 82.22 g; Węglowodany ogółem: 360.13 g; suma cukrów prostych: 69.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.76 g; Błonnik pokarmowy: 34.66 g; Sól: 8.20 g;		
<b>środa 2024-03-27</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), CHLEB GRAHAM* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g ( <b>SOJ</b> ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., POMIDOR 60g , MIX SAŁATA* 15g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml ,	ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMNIAKAMI* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b> ), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SURÓWKA Z SELERA, JABŁKA Z JOGURT*/ 100g ( <b>MLE, SEL</b> ), BROKUŁY GOTOWANE * 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ500ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB GRAHAM* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g ( <b>MLE</b> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z BUŁKI 50G, M EX Z SEREM B 50g 1Por ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2442.11 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10277.02 kJ; Białko ogółem: 103.46 g; Tłuszcz: 69.64 g; Węglowodany ogółem: 367.36 g; suma cukrów prostych: 80.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.89 g; Błonnik pokarmowy: 32.75 g; Sól: 8.42 g;		
<b>środa 2024-03-27</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTR. BEZ MLEKA</b>		
KASZA MANNA NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), CHLEB GRAHAM* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g ( <b>SOJ</b> ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., POMIDOR 60g , MIX SAŁATA* 15g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml ,	ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMN B/ML* 400ml ( <b>GLU, SEL</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b> ), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SURÓWKA Z SELERA, JABŁKA Z OL* 100g ( <b>MLE, SEL</b> ), BROKUŁY GOTOWANE * 100g , WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ500ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB GRAHAM* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g ( <b>MLE</b> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), PASTA DROBOWO-WARZYWNA B/SOLI* 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA Z/C* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M EX, POL DROB ANI 20G 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2300.67 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9678.80 kJ; Białko ogółem: 92.86 g; Tłuszcz: 63.60 g; Węglowodany ogółem: 357.92 g; suma cukrów prostych: 66.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.41 g; Błonnik pokarmowy: 36.49 g; Sól: 8.73 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-03-27</b> <b>Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL1500B/ML</b>		
KASZA MANNA NA WYWARZE JARZ* 150ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), CHLEB RAZOWY * 30g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), CHLEB PSZENNO-ŻYTN1* 30g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <i>MLE</i> ), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g ( <i>SOJ</i> ), POWIDŁA JABŁKOWE* 60g , PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g , MIX SAŁAT* 15g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , <b>II Śniadanie:</b> WAFLE RYŻOWE 15g/op. 15g ,	ZUPA SOLFERINO 200ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 75g ( <i>GLU</i> ), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), SURÓWKA Z SELERA, JABŁKA ZOL* 100g ( <i>MLE, SEL</i> ), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml , SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), BROKUŁY GOTOWANE * 100g , <b>Podwieczorek:</b> MANDARYNKA* 150g ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTN1* 20g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i> ), CHLEB RAZOWY* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% † 5g ( <i>MLE</i> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX, POL DROB ANI 20G 1Por ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1415.50 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 5961.98 kJ; Białko ogółem: 66.92 g; Tłuszcz: 31.70 g; Węglowodany ogółem: 230.24 g; suma cukrów prostych: 54.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.83 g; Błonnik pokarmowy: 29.89 g; Sól: 6.78 g;		
<b>środa 2024-03-27</b> <b>Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL. B/ML</b>		
KASZA MANNA NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), CHLEB PSZENNO ŻYTN1* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g ( <i>SOJ</i> ), POWIDŁA JABŁKOWE* 50g , PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g , MIX SAŁAT* 15g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , <b>II Śniadanie:</b> WAFLE RYŻOWE 15g/op. 15g ,	ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMN B/ML* 400ml ( <i>GLU, SEL</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <i>GLU</i> ), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SURÓWKA ZCZERWONEJ KAP ZOL/ 100g , BROKUŁY GOTOWANE * 100g , WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml , <b>Podwieczorek:</b> MANDARYNKA* 150g ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTN1* 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> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX, POL DROB ANI 20G 1Por ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2268.47 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9543.06 kJ; Białko ogółem: 84.85 g; Tłuszcz: 65.39 g; Węglowodany ogółem: 353.65 g; suma cukrów prostych: 58.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.21 g; Błonnik pokarmowy: 37.73 g; Sól: 8.00 g;		
<b>środa 2024-03-27</b> <b>Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGLNISKOTŁ</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), CHLEB PSZENNO ŻYTN1* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <i>MLE</i> ), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g ( <i>SOJ</i> ), MARCHEW KARB GOT ZIOŁ* 60g , POWIDŁA JABŁKOWE* 70g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , <b>II Śniadanie:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <i>GLU</i> ), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), DYNIA DUSZONA* 100g ( <i>GLU</i> ), JABŁKO PIECZONE* 150g , WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml , <b>Podwieczorek:</b> CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTN1* 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% † 10g ( <i>MLE</i> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX SA, SERA B 50G 1Por ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2531.44 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10657.42 kJ; Białko ogółem: 107.89 g; Tłuszcz: 63.21 g; Węglowodany ogółem: 400.21 g; suma cukrów prostych: 80.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.37 g; Błonnik pokarmowy: 36.42 g; Sól: 8.55 g;		
<b>środa 2024-03-27</b> <b>Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g ( <i>SOJ</i> ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , POMIDOR 60g , MIX SAŁAT* 15g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml ,	ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMNIAKAMI* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <i>GLU</i> ), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SURÓWKA Z SELERA, JABŁKA Z JOGURT*/ 100g ( <i>MLE, SEL</i> ), BROKUŁY GOTOWANE * 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% † 15g ( <i>MLE</i> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z BUŁKI 50G, M EX Z SEREM B 50g 1Por ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2460.51 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10358.62 kJ; Białko ogółem: 102.42 g; Tłuszcz: 69.48 g; Węglowodany ogółem: 372.24 g; suma cukrów prostych: 81.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.87 g; Błonnik pokarmowy: 30.27 g; Sól: 8.42 g;		





## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-03-27</b>		
<b>Dieta: BIEGUNKOWA</b>		
KLEIK Z KASZY MANNY* 400g ( <b>GLU</b> ), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), POWIDŁA JABŁKOWE* 50g, HERBATA Z/C* 250ml, SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	ZUPA RYŻOWA* 400ml ( <b>MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARCHEW GOTOWANA * 150g ( <b>MLE</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, <b>Podwieczorek:</b> KISIEL* 150ml,	MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), RYŻ Z JABŁKIEM* 200g ( <b>MLE</b> ), SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), HERBATA Z/C* 250ml, BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), KLEIK Z KASZY MANNY* 400g ( <b>GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> KLEIK Z KASZY MANNY* 400g ( <b>GLU</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1740.41 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7339.29 kJ; Białko ogółem: 53.12 g; Tłuszcz: 38.25 g; Węglowodany ogółem: 305.61 g; suma cukrów prostych: 48.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.47 g; Błonnik pokarmowy: 29.19 g; Sól: 2.14 g;		
<b>środa 2024-03-27</b>		
<b>Dieta: BEZGLUTENOWA</b>		
RYŻNA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g ( <b>ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, POMIDOR 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, POŁĘDWICA SOP DROB* 50g ( <b>SOJ</b> ), MIX SAŁAT* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>II Śniadanie:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	ZUPA SOLFERINO Z FASOL SZP B/GLUTENU* 400ml ( <b>MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, BITKA DROB GOTOWANA B/GLUTENU* 80g, SOS JARZYNOWY B/ GLUTENOWY* 100ml ( <b>SEL</b> ), SURÓWKA Z SELERA, JABŁKA Z JOGURT*/ 100g ( <b>MLE, SEL</b> ), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, BROKUŁY GOTOWANE * 100g, <b>Podwieczorek:</b> MANDARYNKA* 150g,	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g ( <b>ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA Z/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z PIECZB/GLUT50G,M.EX.SAŁ,SERA ŻÓŁ20G 1Por ( <b>MLE, ORZ, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2210.60 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9274.89 kJ; Białko ogółem: 82.54 g; Tłuszcz: 68.99 g; Węglowodany ogółem: 324.29 g; suma cukrów prostych: 106.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.69 g; Błonnik pokarmowy: 29.69 g; Sól: 8.53 g;		
<b>środa 2024-03-27</b>		
<b>Dieta: PAPKOWATA</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU MIX* 400ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, POMIDOR B/SKÓRY 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, <b>II Śniadanie:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), DYNIA DUSZONA* 100g ( <b>GLU</b> ), JABŁKO PIECZONE* 150g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, <b>Podwieczorek:</b> CIASTO DROŻDZOWE* 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP MIELONA* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z BUŁKI 50G,M EX Z SEREM B 50g 1Por ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2381.54 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10015.38 kJ; Białko ogółem: 113.51 g; Tłuszcz: 69.16 g; Węglowodany ogółem: 339.60 g; suma cukrów prostych: 106.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.81 g; Błonnik pokarmowy: 26.31 g; Sól: 7.30 g;		
<b>środa 2024-03-27</b>		
<b>Dieta: PAPKOWATA CUKRZYCOWA</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU PIYNNNA* 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 50g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), POWIDŁA JABŁKOWE* 50g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), DYNIA DUSZONA* 100g ( <b>GLU</b> ), JABŁKO PIECZONE* 150g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, <b>Podwieczorek:</b> CIASTO DROŻDZOWE* 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), KIEŁBASA SZYNKOWA WP MIELONA* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX.SAŁ, SERA B 50G 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2392.64 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10056.35 kJ; Białko ogółem: 122.82 g; Tłuszcz: 74.53 g; Węglowodany ogółem: 321.41 g; suma cukrów prostych: 82.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.47 g; Błonnik pokarmowy: 29.10 g; Sól: 7.38 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-03-27</b>		
<b>Dieta: P APKOWATA BEZ MLEKA</b>		
KASZA MANNA NA WYWARZ MIX* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <i>MLE</i> ), POLEDMCA SOPOCKA WP MIELONA* 50g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, <b>II Śniadanie:</b> KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA SOLFERINO B/ML MIX* 400ml ( <i>GLU, SEL</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), DYNIA DUSZONA* 100g ( <i>GLU</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), JABŁKO PIECZONE* 150g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, <b>Podwieczorek:</b> CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <i>MLE</i> ), KIELBASA SZYNKOWA WP MIELONA* 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, HERBATA Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z BUŁKI 50g, M.EX, POL DROB ANI MIELONA 20g 1Pα ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2137.99 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8989.67 kJ; Białko ogółem: 88.82 g; Tłuszcz: 58.07 g; Węglowodany ogółem: 328.65 g; suma cukrów prostych: 83.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.92 g; Błonnik pokarmowy: 27.35 g; Sól: 7.19 g;		
<b>środa 2024-03-27</b>		
<b>Dieta: P ŁYNNA</b>		
KASZA MANNA NA MLEKU PYNNA* 400ml ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, <b>II Śniadanie:</b> KISIEL* 150ml,	PŁYNNA OB* 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i> ), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, SEREK NATURALNY HOM* 1szt ( <i>MLE</i> ), <b>Podwieczorek:</b> GALARETKA OWOCOWA PŁYNNA* 150ml ( <i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i> ),	PŁYNNA KOL* 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i> ), RYŻ Z JABŁKIEM* 200g ( <i>MLE</i> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2084.08 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8764.51 kJ; Białko ogółem: 108.75 g; Tłuszcz: 69.00 g; Węglowodany ogółem: 265.06 g; suma cukrów prostych: 69.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.57 g; Błonnik pokarmowy: 22.85 g; Sól: 3.47 g;		
<b>środa 2024-03-27</b>		
<b>Dieta: S ONDA</b>		
S ONDA MLECZNA* 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), HERBATA Z/C* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> KISIEL* 150ml,	S ONDA OB* 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i> ), JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, <b>Podwieczorek:</b> GALARETKA OWOCOWA PŁYNNA* 150ml ( <i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i> ),	S ONDA KOL* 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i> ), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml ( <i>GLU</i> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2236.86 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9392.68 kJ; Białko ogółem: 111.08 g; Tłuszcz: 82.49 g; Węglowodany ogółem: 269.72 g; suma cukrów prostych: 80.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.67 g; Błonnik pokarmowy: 24.62 g; Sól: 2.84 g;		
<b>środa 2024-03-27</b>		
<b>Dieta: S ONDA BEZ MLEKA</b>		
S ONDA B/ MLEKA ŚN* 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i> ), SOK JABŁKOWY* 200ml, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, <b>II Śniadanie:</b> KISIEL* 150ml,	S ONDA B/ MLEKA OB* 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i> ), SOK POMARAŃCZOWY* 200ml, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, <b>Podwieczorek:</b> GALARETKA OWOCOWA PŁYNNA* 150ml ( <i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i> ),	S ONDA B/ML KOL* 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i> ), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml ( <i>GLU</i> ), HERBATA Z/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2183.01 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9178.76 kJ; Białko ogółem: 88.20 g; Tłuszcz: 64.98 g; Węglowodany ogółem: 324.03 g; suma cukrów prostych: 92.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.59 g; Błonnik pokarmowy: 35.53 g; Sól: 3.15 g;		
<b>środa 2024-03-27</b>		
<b>Dieta: K LEIKOWA</b>		
K LEIK ZKASZY MANNY* 400g ( <i>GLU</i> ), SUCHARY* 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i> ), HERBATA Z/C* 250ml,	K LEIK ZKASZY MANNY* 400g ( <i>GLU</i> ), SUCHARY* 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i> ), HERBATA Z/C* 250ml,	K LEIK ZKASZY MANNY* 400g ( <i>GLU</i> ), SUCHARY* 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i> ), HERBATA Z/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> K LEIK ZKASZY MANNY* 400g ( <i>GLU</i> ), SUCHARY 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 888.33 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 3760.44 kJ; Białko ogółem: 25.50 g; Tłuszcz: 9.70 g; Węglowodany ogółem: 174.59 g; suma cukrów prostych: 15.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.14 g; Błonnik pokarmowy: 19.30 g; Sól: 1.19 g;		

Dietetyk

.....