

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny | | |
|---|--|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| środa 2024-02-28 | | |
| Dieta: PODSTAWOWA | | |
| KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g, MIX SAŁAT* 20g, POLĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), | ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMNIAKAMI* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA GRYCZANA NA SYPKO 200g, ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SURÓWKA ZCZERWONEJ KAP Z OLI 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ500ml, SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), BROKUŁY GOTOWANE * 100g, | CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), BURACZKI ZCHRZANEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, MEX ZSEREM BIAŁYM 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2568.64 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10798.97 kJ; Białko ogółem: 106.40 g; Tłuszcz: 82.21 g; Węglowodany ogółem: 366.84 g; suma cukrów prostych: 82.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.90 g; Błonnik pokarmowy: 30.87 g; Sól: 7.86 g; | | |
| środa 2024-02-28 | | |
| Dieta: PODSTAWOWA BEZ MLEKA | | |
| KASZA MANNA NA WYWARZE JARZ* 350ml (GLU, MLE, SEL), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), POLĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g, MIX SAŁAT* 20g, | ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMNIAKAMI* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA GRYCZANA NA SYPKO 200g, ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SURÓWKA ZCZERWONEJ KAP Z OLI 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ500ml, SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), BROKUŁY GOTOWANE * 100g, | CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), PASTA DROBOWO-WARZYWNA B/SOLI* 50g (SEL, GOR), BURACZKI ZCHRZANEM * 70g, HERBATA Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, MEX, POL DROB ANI 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2506.93 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10532.16 kJ; Białko ogółem: 98.23 g; Tłuszcz: 82.25 g; Węglowodany ogółem: 361.33 g; suma cukrów prostych: 69.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.76 g; Błonnik pokarmowy: 34.88 g; Sól: 8.21 g; | | |
| środa 2024-02-28 | | |
| Dieta: ŁATWOSTRAWNA | | |
| KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB GRAHAM* 40g, BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 20g, POLĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), | ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMNIAKAMI* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SURÓWKA WARZYWNA Z OLI 100g (SEL), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), BROKUŁY GOTOWANE * 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ500ml, | BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB GRAHAM* 40g, MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, MEX ZSEREM BIAŁYM 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2464.10 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10367.68 kJ; Białko ogółem: 103.19 g; Tłuszcz: 72.43 g; Węglowodany ogółem: 366.77 g; suma cukrów prostych: 80.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.98 g; Błonnik pokarmowy: 32.50 g; Sól: 7.93 g; | | |
| środa 2024-02-28 | | |
| Dieta: ŁATWOSTR. BEZ MLEKA | | |
| KASZA MANNA NA WYWARZE JARZ* 350ml (GLU, MLE, SEL), CHLEB GRAHAM* 40g, BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, POMIDOR 60g, POLĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), MIX SAŁAT* 20g, | ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMN B/ML* 400ml (GLU, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SURÓWKA WARZYWNA Z OLI 100g (SEL), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), BROKUŁY GOTOWANE * 100g, | BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB GRAHAM* 40g, MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, PASTA DROBOWO-WARZYWNA B/SOLI* 50g (SEL, GOR), Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, MEX, POL DROB ANI 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2322.67 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9769.46 kJ; Białko ogółem: 92.59 g; Tłuszcz: 66.38 g; Węglowodany ogółem: 357.32 g; suma cukrów prostych: 65.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.50 g; Błonnik pokarmowy: 36.23 g; Sól: 8.24 g; | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny | | |
|---|--|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| środa 2024-02-28 Dieta: ŁATWOSTR. POŁOŻNICZA | | |
| KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 20g (MLE), DŻEM JEDNOPORC.JOWY 25 g/op. 2szt, HERBATA Z/C* 250ml, MARCHEW KARB GOT Z ZIOL* 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOLAMI* 60g, POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), MIX SAŁAT* 20g, II Śniadanie: JOGURTNATURALNY 150ml (MLE), | ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), JABŁKO PIECZONE* 150g, | BUŁKA PSZENNA KROJ* 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 20g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, MEX Z SEREM BIAŁYM 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2696.31 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11339.23 kJ; Białko ogółem: 106.72 g; Tłuszcz: 83.61 g; Węglowodany ogółem: 394.39 g; suma cukrów prostych: 94.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.06 g; Błonnik pokarmowy: 29.44 g; Sól: 8.13 g; | | |
| środa 2024-02-28 Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL. | | |
| KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), POWIDŁA JABŁKOWE* 70g, PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g, MIX SAŁAT* 20g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: JOGURTNATURALNY 150ml (MLE), | ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMNIAKAMI* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z CZERWONEJ KAP Z OLI 100g, BROKUŁY GOTOWANE* 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, Podwieczorek: GREJFRUT* 200g, | CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), BURACZKI Z CHRZANEM* 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, MEX SAŁ, SERA BIAŁEGO 50G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2583.64 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10865.61 kJ; Białko ogółem: 109.28 g; Tłuszcz: 77.44 g; Węglowodany ogółem: 380.81 g; suma cukrów prostych: 83.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.85 g; Błonnik pokarmowy: 37.80 g; Sól: 8.15 g; | | |
| środa 2024-02-28 Dieta: Z OGR.Ł/PRZYSW.WĘGL.B/S | | |
| KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), POWIDŁA JABŁKOWE* 50g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), MIX SAŁAT* 20g, II Śniadanie: JOGURTNATURALNY 150ml (MLE), | ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMN B/ SOLI* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SURÓWKA Z CZERWONEJ KAP Z OLI 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), BROKUŁY GOTOWANE* 100g, Podwieczorek: GREJFRUT* 200g, | CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 100g (SEL, GOR), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, MEX SAŁ, SERA BIAŁEGO 50G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2552.44 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10731.44 kJ; Białko ogółem: 111.73 g; Tłuszcz: 78.77 g; Węglowodany ogółem: 368.75 g; suma cukrów prostych: 84.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.36 g; Błonnik pokarmowy: 39.02 g; Sól: 5.07 g; | | |
| środa 2024-02-28 Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL. 1500 | | |
| KASZA MANNA NA MLEKU* 150ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), POWIDŁA JABŁKOWE* 50g, PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), MIX SAŁAT* 20g, II Śniadanie: JOGURTNATURALNY 150ml (MLE), | ZUPA SOLFERINO 200ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 75g (GLU), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SURÓWKA Z CZERWONEJ KAP Z OLI 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, BROKUŁY GOTOWANE* 100g, Podwieczorek: GREJFRUT* 200g, | CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 20g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 5g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, MEX, POL DROB ANI 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1627.85 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6846.82 kJ; Białko ogółem: 77.22 g; Tłuszcz: 45.55 g; Węglowodany ogółem: 240.34 g; suma cukrów prostych: 66.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.84 g; Błonnik pokarmowy: 27.08 g; Sól: 6.42 g; | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny | | |
|---|--|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| środa 2024-02-28 Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL1500B/ML | | |
| KASZA MANNA NA WYWARZE JARZ* 200ml (GLU, MLE, SEL), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNÍ* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g, POWIDŁA JABŁKOWE* 60g, MIX SAŁAT* 20g, II Śniadanie: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g, | ZUPA SOLFERINO 200ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 75g (GLU), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SURÓWKA Z CZERWONEJ KAP ZOL/ 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), BROKUŁY GOTOWANE * 100g, Podwieczorek: GREJFRUT* 200g, | CHLEB PSZENNO-ŻYTNÍ* 20g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 10g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX, POL DROB ANI 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1640.69 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6892.37 kJ; Białko ogółem: 68.63 g; Tłuszcz: 50.30 g; Węglowodany ogółem: 242.15 g; suma cukrów prostych: 57.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.58 g; Błonnik pokarmowy: 29.32 g; Sól: 6.14 g; | | |
| środa 2024-02-28 Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL. B/ML | | |
| KASZA MANNA NA WYWARZE JARZ* 350ml (GLU, MLE, SEL), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNÍ* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), POWIDŁA JABŁKOWE* 50g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g, POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), MIX SAŁAT* 20g, II Śniadanie: WAFEL RYŻOWY, 2 SZT* 20g, | ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMNIAMI B/ML* 400ml (GLU, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g (SEL), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, BROKUŁY GOTOWANE * 100g, Podwieczorek: GREJFRUT* 200g, | CHLEB PSZENNO-ŻYTNÍ* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX, POL DROB ANI 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2290.30 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9636.39 kJ; Białko ogółem: 86.06 g; Tłuszcz: 59.11 g; Węglowodany ogółem: 372.74 g; suma cukrów prostych: 58.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.94 g; Błonnik pokarmowy: 41.09 g; Sól: 8.19 g; | | |
| środa 2024-02-28 Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGLNISKOTŁ | | |
| KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNÍ* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), POWIDŁA JABŁKOWE* 50g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), MIX SAŁAT* 20g, II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), | ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), JABŁKO PIECZONE* 150g, Podwieczorek: CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (GLU, JAJ, MLE), | CHLEB PSZENNO-ŻYTNÍ* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 10g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX, SAŁ, SERA BIAŁEGO 50G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2505.96 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10550.08 kJ; Białko ogółem: 107.53 g; Tłuszcz: 63.04 g; Węglowodany ogółem: 393.45 g; suma cukrów prostych: 75.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.35 g; Błonnik pokarmowy: 34.18 g; Sól: 8.44 g; | | |
| środa 2024-02-28 Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ | | |
| KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, POMIDOR 60g, POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), MIX SAŁAT* 20g, | ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMNIAKAMI* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g (SEL), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), BROKUŁY GOTOWANE * 100g, | BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M EX ZSEREM BIAŁYM 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2482.50 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10449.28 kJ; Białko ogółem: 102.15 g; Tłuszcz: 72.27 g; Węglowodany ogółem: 371.65 g; suma cukrów prostych: 80.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.95 g; Błonnik pokarmowy: 30.02 g; Sól: 7.93 g; | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny | | |
|--|--|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| środa 2024-02-28 Dieta: O KONT.ZAW.KW.TŁ B/M | | |
| KASZA MANNA NA WYWARZE JARZ* 350ml (GLU, MLE, SEL), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ Z/C * 250ml , POMIDOR 60g, POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), MIX SAŁAT* 20g , | ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMN B/ML* 400ml (GLU, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA WARZYWNA Z OLI 100g (SEL), BROKUŁY GOTOWANE * 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml , | CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA B/SOLI* 50g (SEL, GOR), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g , HERBATA Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX, POL DROB ANI 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2344.14 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9864.27 kJ; Białko ogółem: 92.77 g; Tłuszcz: 66.27 g; Węglowodany ogółem: 361.50 g; suma cukrów prostych: 66.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.56 g; Błonnik pokarmowy: 33.45 g; Sól: 8.24 g; | | |
| środa 2024-02-28 Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ. | | |
| KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, HERBATA Z/C* 250ml , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), MIX SAŁAT* 20g , | ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml , SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), JABŁKO PIECZONE* 150g , | BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (MLE), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M EX Z SEREM BIAŁYM 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2474.16 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10418.98 kJ; Białko ogółem: 100.09 g; Tłuszcz: 63.86 g; Węglowodany ogółem: 389.91 g; suma cukrów prostych: 92.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.97 g; Błonnik pokarmowy: 29.44 g; Sól: 7.92 g; | | |
| środa 2024-02-28 Dieta: ŁATWOSTRAWNA BEZ TŁ | | |
| KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, HERBATA Z/C* 250ml , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), MIX SAŁAT* 20g , | ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml , SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), JABŁKO PIECZONE* 150g , | BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , Posiłek nocny: BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SER BIAŁY KROJONY* 50g (MLE), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2288.86 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9656.98 kJ; Białko ogółem: 99.88 g; Tłuszcz: 43.47 g; Węglowodany ogółem: 389.62 g; suma cukrów prostych: 92.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.65 g; Błonnik pokarmowy: 29.37 g; Sól: 7.88 g; | | |
| środa 2024-02-28 Dieta: Z OGR.SUB.POB.WS.ŻOŁ | | |
| KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), TWAROŻEK*/ 100g (MLE), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g , HERBATA Z/C* 250ml , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g , DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), | ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 200ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml , JABŁKO PIECZONE* 150g , Podwieczorek: CIASTO DROŻDZOWE* 50g (GLU, JAJ, MLE), | BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (MLE), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 100g (SEL, GOR), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M EX Z SEREM BIAŁYM 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2444.50 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10284.29 kJ; Białko ogółem: 115.25 g; Tłuszcz: 71.76 g; Węglowodany ogółem: 348.24 g; suma cukrów prostych: 101.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.01 g; Błonnik pokarmowy: 26.01 g; Sól: 4.85 g; | | |

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny

| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
|---|--|--|
| środa 2024-02-28 | | |
| Dieta: BOGATOBIAŁKOWA | | |
| CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, MARCHEWKARB GOT Z ZIOŁ* 60g, DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, POMIDOR 60g, POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), MIX SAŁAT* 20g, II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), | 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 WARZYWNA Z OLI 100g (<i>SEL</i>), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, BROKUŁY GOTOWANE * 100g, Podwieczorek: CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), | CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYŃKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, MEX Z SEREM BIAŁYM 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2467.00 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10380.23 kJ; Białko ogółem: 99.91 g; Tłuszcz: 70.76 g; Węglowodany ogółem: 374.94 g; suma cukrów prostych: 78.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.26 g; Błonnik pokarmowy: 33.58 g; Sól: 8.18 g; | | |
| środa 2024-02-28 | | |
| Dieta: NISKOBIĄTKOWA | | |
| KASZA MANNA NA WYWARZE JARZ* 350ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25g/op. 1szt, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 20g, II Śniadanie: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g, | ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMN B/ML* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), UDZIEC Z KURCZAKA PIECZONY* 40g, SURÓWKA WARZYWNA Z OLI 100g (<i>SEL</i>), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BROKUŁY GOTOWANE * 100g, Podwieczorek: KISIEL B/C* 150ml, | CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), MAKARON ŚWIDERKI ZE SZPINAKIEM* 200g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2223.53 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9358.45 kJ; Białko ogółem: 62.12 g; Tłuszcz: 59.11 g; Węglowodany ogółem: 380.66 g; suma cukrów prostych: 64.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.31 g; Błonnik pokarmowy: 38.66 g; Sól: 4.82 g; | | |
| środa 2024-02-28 | | |
| Dieta: DZIECIĘCA 1-3 | | |
| KASZA MANNA NA MLEKU* 150ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25g/op. 1szt, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, POMIDOR 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), | ZUPA SOLFERINO 150ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 75g, ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), DYNNIA DUSZONA* 70g (<i>GLU</i>), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, SOS WŁASNY* 50ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BROKUŁY GOTOWANE * 100g, Podwieczorek: DROŻDŻÓWKA Z NADZIENIEM* 1szt, | BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYŃKOWA WP* 30g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM * 50g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 20 G. M. EX Z SEREM BIAŁYM 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1331.87 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 5609.78 kJ; Białko ogółem: 63.89 g; Tłuszcz: 35.32 g; Węglowodany ogółem: 198.42 g; suma cukrów prostych: 54.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.09 g; Błonnik pokarmowy: 17.09 g; Sól: 4.72 g; | | |
| środa 2024-02-28 | | |
| Dieta: DZIECIĘCA 4-9 | | |
| KASZA MANNA NA MLEKU* 200ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25g/op. 1szt, POMIDOR 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), MIX SAŁAT* 20g, II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), | ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMNIAKAMI* 200ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 100g (<i>GLU</i>), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OLI 100g (<i>SEL</i>), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BROKUŁY GOTOWANE * 100g, Podwieczorek: DROŻDŻÓWKA Z NADZIENIEM* 1szt, | BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYŃKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM * 50g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 20 G. M. EX Z SEREM BIAŁYM 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1808.95 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7617.21 kJ; Białko ogółem: 83.15 g; Tłuszcz: 51.21 g; Węglowodany ogółem: 266.40 g; suma cukrów prostych: 61.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.47 g; Błonnik pokarmowy: 24.30 g; Sól: 6.44 g; | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny | | |
|---|---|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| środa 2024-02-28 | | |
| Dieta: DZIECIĘCA 10-18 | | |
| KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, HERBATA GRAN Z CYTRYNA Z/C * 250ml, POMIDOR 60g, POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), MIX SAŁAT* 20g, II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), | ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMNIAKAMI* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SURÓWKA WARZYWNA Z OLI* 100g (SEL), WODA ŻRÓDLANA NIEGAZ 500ml, SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), BROKUŁY GOTOWANE * 100g, Podwieczorek: DROŻDŻÓWKA Z NADZIENIEM* 1szt, | BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 20 G. M. EX, ZSEREM BIAŁYM 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2603.01 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10962.10 kJ; Białko ogółem: 105.48 g; Tłuszcz: 71.39 g; Węglowodany ogółem: 401.68 g; suma cukrów prostych: 85.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.09 g; Błonnik pokarmowy: 32.53 g; Sól: 8.42 g; | | |
| środa 2024-02-28 | | |
| Dieta: DZIECIĘCA POOPERACYJNA | | |
| KASZA MANNA NA MLEKU* 200ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, HERBATA Z/C* 250ml, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, POLĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), II Śniadanie: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE), | ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 200ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), WODA ŻRÓDLANA NIEGAZ 500ml, SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), JABŁKO PIECZONE* 150g, Podwieczorek: CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (GLU, JAJ, MLE), | BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), POŁĘDWICA DROB ANI 20g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2373.05 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9977.17 kJ; Białko ogółem: 101.14 g; Tłuszcz: 72.99 g; Węglowodany ogółem: 340.01 g; suma cukrów prostych: 83.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.56 g; Błonnik pokarmowy: 23.81 g; Sól: 9.19 g; | | |
| środa 2024-02-28 | | |
| Dieta: BIEGUNKOWA | | |
| KLEIK Z KASZY MANNY* 400g (GLU), BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), POWIDŁA JABŁKOWE* 50g, HERBATA Z/C* 250ml, SUCHARY* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), II Śniadanie: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g, | ZUPA RYŻOWA* 400ml (MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARCHEW GOTOWANA * 150g (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, Podwieczorek: KISIEL* 150ml, | MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), RYŻ Z JABŁKIEM* 200g (MLE), SUCHARY* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), HERBATA Z/C* 250ml, BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), KLEIK Z KASZY MANNY* 400g (GLU), Posiłek nocny: KLEIK Z KASZY MANNY* 400g (GLU), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1746.01 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7362.81 kJ; Białko ogółem: 53.23 g; Tłuszcz: 38.29 g; Węglowodany ogółem: 306.94 g; suma cukrów prostych: 48.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.47 g; Błonnik pokarmowy: 29.47 g; Sól: 2.14 g; | | |
| środa 2024-02-28 | | |
| Dieta: BEZGLUTENOWA | | |
| RYŻNA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, POMIDOR 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml, POLĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), MIX SAŁAT* 20g, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g, II Śniadanie: GREJFRUT* 200g, | ZUPA SOLFERINO Z FASOL SZP B/GLUTENU* 400ml (MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g, BITKA DROB GOTOWANA B/GLUTENU* 80g, SOS JARZYNOWY B/ GLUTENOWY* 100ml (SEL), SURÓWKA WARZYWNA Z OLI* 100g (SEL), WODA ŻRÓDLANA NIEGAZ 500ml, BROKUŁY GOTOWANE * 100g, Podwieczorek: KISIEL* 150ml, | CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA Z/C* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 2 SZT* 20g, |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2200.82 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9240.06 kJ; Białko ogółem: 78.27 g; Tłuszcz: 62.38 g; Węglowodany ogółem: 341.13 g; suma cukrów prostych: 114.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.63 g; Błonnik pokarmowy: 30.87 g; Sól: 7.53 g; | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny | | |
|---|--|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| środa 2024-02-28 | | |
| Dieta: P APKOWATA | | |
| KASZA MANNA NA MLEKU MIX* 400ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), DŻEM JEDNOPORC.JOWY 25 g/op. 2szt , SAŁATA MASŁOWA 10g , MARCHEW KARB GOTZ ZIOŁ* 60g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MIX SAŁAT* 20g , SAŁATA MASŁOWA 10g , II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), | ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , ZRAZDROB 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>), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ500ml , JABŁKO PIECZONE* 150g , Podwieczorek: CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), | BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<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>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M EX Z SEREM BIAŁYM 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2361.66 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9934.84 kJ; Białko ogółem: 113.25 g; Tłuszcz: 66.20 g; Węglowodany ogółem: 342.35 g; suma cukrów prostych: 106.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.62 g; Błonnik pokarmowy: 27.77 g; Sól: 7.40 g; | | |
| środa 2024-02-28 | | |
| Dieta: P APKOWATA CUKRZYCOWA | | |
| KASZA MANNA NA MLEKU PIYNNA* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), POWIDŁA JABŁKOWE* 50g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , MARCHEW KARB GOTZ ZIOŁ* 60g , POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MIX SAŁAT* 20g , SAŁATA MASŁOWA 10g , II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), | ZUPA JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , ZRAZDROB 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>), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ500ml , JABŁKO PIECZONE* 150g , Podwieczorek: CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), | BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<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 Z MIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M EX SAŁ, SERA BIAŁEGO 50G 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ</i>), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2369.16 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9960.69 kJ; Białko ogółem: 122.49 g; Tłuszcz: 71.54 g; Węglowodany ogółem: 323.30 g; suma cukrów prostych: 82.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.28 g; Błonnik pokarmowy: 30.39 g; Sól: 7.48 g; | | |
| środa 2024-02-28 | | |
| Dieta: P APKOWATA BEZ MLEKA | | |
| KASZA MANNA NA WYW JARZ 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>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), DŻEM JEDNOPORC.JOWY 25 g/op. 2szt , SAŁATA MASŁOWA 10g , MARCHEW KARB GOTZ ZIOŁ* 60g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , MIX SAŁAT* 20g , SAŁATA MASŁOWA 10g , II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml , | ZUPA SOLFERINO B/ML MIX* 400ml (<i>GLU, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g , ZRAZDROB 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>), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml , JABŁKO PIECZONE* 150g , Podwieczorek: 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 Z MIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g , HERBATA Z/C* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M EX, POL DROB ANI 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2118.11 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8909.12 kJ; Białko ogółem: 88.56 g; Tłuszcz: 55.12 g; Węglowodany ogółem: 331.40 g; suma cukrów prostych: 84.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.73 g; Błonnik pokarmowy: 28.81 g; Sól: 7.29 g; | | |
| środa 2024-02-28 | | |
| Dieta: P ŁYNNA | | |
| KASZA MANNA NA MLEKU PIYNNA* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml , II Śniadanie: KISIEL* 150ml , | PŁYNNA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ500ml , SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>), Podwieczorek: 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 , Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2089.68 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8788.03 kJ; Białko ogółem: 108.86 g; Tłuszcz: 69.05 g; Węglowodany ogółem: 266.39 g; suma cukrów prostych: 70.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.57 g; Błonnik pokarmowy: 23.13 g; Sól: 3.48 g; | | |
| środa 2024-02-28 | | |
| Dieta: S ONDA | | |
| SONDA MLECZNA* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), HERBATA Z/C* 250ml , II Śniadanie: KISIEL* 150ml , | SONDA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml , Podwieczorek: GALARETKA OWOCOWA PŁYNNA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>), | SONDA 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 , Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), |
| Wartości odżywcze: 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; | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny | | |
|--|--|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| środa 2024-02-28 Dieta: SONDA BEZ MLEKA | | |
| SONDA B/ MLEKA ŚN* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), SOK JABŁKOWY* 200ml, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C* 250ml, II Śniadanie: KISIEL* 150ml, | SONDA B/MLEKA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), SOK POMARAŃCZOWY* 200ml, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, Podwieczorek: GALARETKA OWOCOWA PŁYNNĄ* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ), | SONDA B/ML KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU), HERBATA Z/C* 250ml, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2188.61 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9202.28 kJ; Białko ogółem: 88.32 g; Tłuszcz: 65.02 g; Węglowodany ogółem: 325.36 g; suma cukrów prostych: 92.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.59 g; Błonnik pokarmowy: 35.81 g; Sól: 3.15 g; | | |
| środa 2024-02-28 Dieta: KLEIKOWA | | |
| KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (GLU), SUCHARY* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), HERBATA Z/C* 250ml, | KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (GLU), SUCHARY* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), HERBATA Z/C* 250ml, | KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (GLU), SUCHARY* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), HERBATA Z/C* 250ml, Posiłek nocny: KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (GLU), SUCHARY 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), |
| Wartości odżywcze: 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; | | |
| środa 2024-02-28 Dieta: WEGETARIAŃSKA | | |
| KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C* 250ml, JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g, MIX SAŁAT* 20g, II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), | ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMNIAKAMI* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), GULASZ ZKOSTKI SOJOWEJ Z WARZYWAMI* 180g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL), SURÓWKA Z CZERWONEJ KAP ZOL/ 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, BROKUŁY GOTOWANE* 100g, Podwieczorek: KISIEL B/C* 150ml, | CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), SAŁATKA Z MAKARONU I WARZYW Z OL* 200g (GLU, JAJ, SEL), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ30G,M,R, SAŁ SERA BIAŁEGO 50G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2743.26 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11518.70 kJ; Białko ogółem: 84.31 g; Tłuszcz: 98.10 g; Węglowodany ogółem: 400.12 g; suma cukrów prostych: 96.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.67 g; Błonnik pokarmowy: 36.64 g; Sól: 4.36 g; | | |
| środa 2024-02-28 Dieta: BOGATORRESZTKOWA | | |
| PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, POMIDÓR 60g, PAPRYKA ŚWIEŻA* 60g, POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), MIX SAŁAT* 20g, II Śniadanie: KISIEL Z TARTYM JABŁKIEM Z CUKR* 150ml, | ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMNIAKAMI* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), ZRAZ DROB MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SURÓWKA Z CZERWONEJ KAP ZOL/ 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), BROKUŁY GOTOWANE* 100g, Podwieczorek: GREJFRUT* 200g, | CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), KIEŁBASA SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SOJ), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g, |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2589.42 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10894.39 kJ; Białko ogółem: 100.12 g; Tłuszcz: 72.52 g; Węglowodany ogółem: 403.30 g; suma cukrów prostych: 110.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.21 g; Błonnik pokarmowy: 38.12 g; Sól: 8.10 g; | | |

Dietetyk

.....