

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-06-29</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
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 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 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 , <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>sobota 2024-06-29</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA BEZ MLEKA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA WYWARZE* 350ml ( <i>GLU, MLE, SEL</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 B/ML 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 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 , MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g , HERBATA GRAN ZCYTRYNA B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KISIEL B/C* 150ml , WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2243.11 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9259.35 kJ; Białko ogółem: 81.31 g; Tłuszcz: 74.09 g; Węglowodany ogółem: 330.78 g; suma cukrów prostych: 51.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.61 g; Błonnik pokarmowy: 38.17 g; Sól: 7.00 g;		
<b>sobota 2024-06-29</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
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 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 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 , <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>sobota 2024-06-29</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTR. BEZ MLEKA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA WYWARZE* 350ml ( <i>GLU, MLE, SEL</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> ), HERBATA B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , JABŁKO 150g ,	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN B/ML 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 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 , <b>Posiłek nocny:</b> KISIEL B/C* 150ml , WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2280.71 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9414.35 kJ; Białko ogółem: 83.75 g; Tłuszcz: 78.31 g; Węglowodany ogółem: 328.42 g; suma cukrów prostych: 52.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.77 g; Błonnik pokarmowy: 38.55 g; Sól: 6.89 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-06-29</b> <b>Dieta: ŁATWOSTR. POŁOŹNICZA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 20g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g ( <b>MLE, GOR</b> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ), POMIDOR B/SKÓRY 60g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> KANAPKA Z BUŁKI 50G, SAŁ, M. EXI SZYNKĄ DĘBOWĄ 20G 1Por ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ),	ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b> ), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <b>GLU, MLE</b> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z CUK* 250ml,	BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 120g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 20g ( <b>MLE</b> ), SZYNKOWA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), SAŁATKA JARZYNOWA 3skł.* 80g ( <b>MLE, SEL</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2769.50 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11484.09 kJ; Białko ogółem: 109.80 g; Tłuszcz: 94.71 g; Węglowodany ogółem: 387.17 g; suma cukrów prostych: 69.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.21 g; Błonnik pokarmowy: 36.17 g; Sól: 8.62 g;		
<b>sobota 2024-06-29</b> <b>Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g ( <b>MLE, GOR</b> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), POMIDOR 60g, JABŁKO 150g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> KRAKERSY 15g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</b> ),	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN* 400ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b> ), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <b>MLE</b> ), SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 100g ( <b>SEL</b> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <b>MLE</b> ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKOWA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G, M, EX, SAŁ, POL SOP DR 20G* 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>sobota 2024-06-29</b> <b>Dieta: Z OGR.Ł/PRZYSW.WĘGL.B/S</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), FILET Z KURCZAKA GOT./B SOLI* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, JABŁKO 150g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN B/SOLI* 400ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b> ), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <b>MLE</b> ), SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 100g ( <b>SEL</b> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <b>MLE</b> ),	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), SCHAB GOT B/SOLI * 70g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2520.12 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10601.65 kJ; Białko ogółem: 127.21 g; Tłuszcz: 73.79 g; Węglowodany ogółem: 356.57 g; suma cukrów prostych: 73.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.69 g; Błonnik pokarmowy: 40.06 g; Sól: 5.88 g;		
<b>sobota 2024-06-29</b> <b>Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL. 1500</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 150ml ( <b>GLU, MLE</b> ), CHLEB RAZOWY * 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g ( <b>MLE, GOR</b> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), POMIDOR 60g, JABŁKO 100g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> CHRUPKI KUKURYDZ* 15g,	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN* 200ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 75g ( <b>GLU</b> ), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <b>MLE</b> ), SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 100g ( <b>SEL</b> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> BUDYŃ B/C* 100ml ( <b>MLE</b> ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 20g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g ( <b>MLE</b> ), SZYNKOWA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1533.69 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6288.19 kJ; Białko ogółem: 72.78 g; Tłuszcz: 45.74 g; Węglowodany ogółem: 221.49 g; suma cukrów prostych: 53.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.87 g; Błonnik pokarmowy: 29.23 g; Sól: 7.20 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-06-29</b> <b>Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL1500B/ML</b>		
PŁATKI OWSIANE NA WYWARZE JARZ* 150ml (GLU, MLE, SEL), CHLEB RAZOWY* 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g (MLE, GOR), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), POMIDOR 60g, JABŁKO 100g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> CHRUPKI KUKURYDZ* 15g,	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN B/MLEKA* 200ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 75g (GLU), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (MLE), SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 100g (SEL), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> KISIEL B/C* 150ml,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 20g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (MLE), SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1502.67 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6149.46 kJ; Białko ogółem: 66.02 g; Tłuszcz: 49.13 g; Węglowodany ogółem: 213.54 g; suma cukrów prostych: 43.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.29 g; Błonnik pokarmowy: 30.86 g; Sól: 7.08 g;		
<b>sobota 2024-06-29</b> <b>Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL. B/ML</b>		
PŁATKI OWSIANE NA WYWARZE* 350ml (GLU, MLE, SEL), 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 TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g (MLE, GOR), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, JABŁKO 150g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> KRAKERSY 15g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ),	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN B/ML 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), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (MLE), SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 100g (SEL), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> KISIEL B/C* 150ml,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2339.98 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9665.11 kJ; Białko ogółem: 85.09 g; Tłuszcz: 77.84 g; Węglowodany ogółem: 344.19 g; suma cukrów prostych: 52.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.03 g; Błonnik pokarmowy: 41.90 g; Sól: 8.80 g;		
<b>sobota 2024-06-29</b> <b>Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGLNISKOTŁ</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (GLU, 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% 10g (MLE), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g (MLE, GOR), FILET Z KURCZAKA GOT./B SOLI* 60g, WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), JABŁKO PIECZONE* 150g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> CHRUPKI KUKURYDZ* 20g,	ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> KISIEL B/C* 150ml,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (MLE), SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), SAŁATKA JARZYNOWA 3skł.* 80g (MLE, SEL), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2442.08 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10122.53 kJ; Białko ogółem: 113.02 g; Tłuszcz: 60.26 g; Węglowodany ogółem: 382.28 g; suma cukrów prostych: 74.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.21 g; Błonnik pokarmowy: 42.72 g; Sól: 7.67 g;		
<b>sobota 2024-06-29</b> <b>Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (GLU, 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 TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g (MLE, GOR), TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, POMIDOR 60g, JABŁKO 150g,	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), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (MLE), SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 100g (SEL), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
<b>Wartości odżywcze:</b> 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
<b>sobota 2024-06-29</b> <b>Dieta: O KONT.ZAW.KW.TŁ B/M</b>		
PŁATKI OWSIANE NA WYWARZE* 350ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g ( <b>MLE, GOR</b> ), PASTA Z BIAŁKA JAJKA Z ZIEL PIETR* 60g ( <b>JAJ, MLE</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , JABŁKO 150g , HERBATA B/CUKRU* 250ml ,	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN B/ML 400ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b> ), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <b>MLE</b> ), SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 100g ( <b>SEL</b> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKOWA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KISIEL B/C* 150ml , WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2355.11 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9726.99 kJ; Białko ogółem: 84.50 g; Tłuszcz: 83.51 g; Węglowodany ogółem: 333.45 g; suma cukrów prostych: 53.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.40 g; Błonnik pokarmowy: 36.09 g; Sól: 6.96 g;		
<b>sobota 2024-06-29</b> <b>Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g ( <b>MLE, GOR</b> ), HERBATA B/CUKRU* 250ml , WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ), JABŁKO PIECZONE* 150g , PASTA Z BIAŁKA JAJKA Z ZIEL PIETR* 60g ( <b>JAJ, MLE</b> ),	ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BURACZKI W GLAZURZE* 100g , MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <b>GLU, MLE</b> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g ( <b>MLE</b> ), SZYNKOWA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), SAŁATKA JARZYNOWA 3skł.* 80g ( <b>MLE, SEL</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>sobota 2024-06-29</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA BEZ TŁ</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50g ( <b>MLE, GOR</b> ), PASTA Z BIAŁKA JAJKA Z ZIEL PIETR* 60g ( <b>JAJ, MLE</b> ), WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ), JABŁKO PIECZONE* 150g , HERBATA B/CUKRU* 250ml ,	ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b> ), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), BURACZKI W GLAZURZE* 100g , MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <b>GLU, MLE</b> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SZYNKOWA WP* 70g ( <b>MLE, GOR, SO2</b> ), SAŁATKA JARZYNOWA 3skł.* 80g ( <b>MLE, SEL</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2382.19 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9873.93 kJ; Białko ogółem: 103.26 g; Tłuszcz: 60.68 g; Węglowodany ogółem: 373.74 g; suma cukrów prostych: 80.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.71 g; Błonnik pokarmowy: 37.44 g; Sól: 7.64 g;		
<b>sobota 2024-06-29</b> <b>Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), FILET ZKURCZAKA GOT/B SOLI* 60g , TWAROŻEK 70G Z NAT PIETR 5G* 75g ( <b>MLE</b> ), WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ), JABŁKO PIECZONE* 150g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , <b>II Śniadanie:</b> BISZKOPTY B/CUKRU* 20g ( <b>GLU, JAJ, ORZ</b> ),	ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( <b>MLE</b> ), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BURACZKI W GLAZURZE* 100g , MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <b>GLU, MLE</b> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <b>MLE</b> ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g ( <b>MLE</b> ), SCHAB GOT B/SOLI * 70g , SAŁATKA JARZYNOWA 3skł.* 80g ( <b>MLE, SEL</b> ), HERBATA Z/C* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-06-29</b> <b>Dieta: BOGATOBIAŁKOWA</b>		
PŁATKI 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, <b>II Śniadanie:</b> KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX, POL DROB ANI 20G 1Por ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i> ),	ZJPA 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, <b>Podwieczorek:</b> 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> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>sobota 2024-06-29</b> <b>Dieta: NISKOBIĄŁKOWA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <i>GLU, MLE, SEL</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> ), PASTA WARZYWNA* 60g ( <i>SEL</i> ), MIÓD 50g, POMIDOR 60g, JABŁKO 150g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> CHRUPKI KUKURYDZ* 20g,	ZJPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN B/ML 400ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <i>GLU</i> ), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 50g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <i>MLE</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z CIUK* 250ml, SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 100g ( <i>SEL</i> ), <b>Podwieczorek:</b> KISIEL* 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> ), RYŻ Z WARZYWAMI* 200g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g, <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2553.51 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10745.94 kJ; Białko ogółem: 58.09 g; Tłuszcz: 68.74 g; Węglowodany ogółem: 448.49 g; suma cukrów prostych: 67.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.45 g; Błonnik pokarmowy: 46.35 g; Sól: 5.07 g;		
<b>sobota 2024-06-29</b> <b>Dieta: DZIECIĘCA 1-3</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 150ml ( <i>GLU, MLE</i> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ * 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <i>MLE</i> ), POLĘDWICA DROB ANI 30g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <i>JAJ</i> ), POMIDOR B/SKÓRY 60g, JABŁKO PIECZONE* 100g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> SOK OWOCOWO-WARZYWNY 330ML 330ml,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 150ml ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 75g ( <i>MLE</i> ), UDKO GOTOWANE* 60g ( <i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i> ), BURACZKI W GLAZURZE* 60g, BUKIET WARZYW GOT KRÓLEWSKI* 70g ( <i>MLE</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z CIUK* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> BUDYŃ B/C* 100ml ( <i>MLE</i> ),	BUŁKA PSZENNNA KROJ * 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <i>MLE</i> ), SZYNKOWA WP* 30g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, SAŁATKA JARZYNOWA 3skt * 80g ( <i>MLE, SEL</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1257.61 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 5280.30 kJ; Białko ogółem: 64.83 g; Tłuszcz: 44.58 g; Węglowodany ogółem: 156.92 g; suma cukrów prostych: 56.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.77 g; Błonnik pokarmowy: 16.55 g; Sól: 3.80 g;		
<b>sobota 2024-06-29</b> <b>Dieta: DZIECIĘCA 4-9</b>		
PŁATKI 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> ), POLĘDWICA 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, <b>II Śniadanie:</b> SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/ CIUK* 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 CIUK* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> 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 PŁASTRACH 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> 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
<b>sobota 2024-06-29</b> <b>Dieta: DZIECIĘCA 10-18</b>		
PLĄTKI 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> ), POŁĘDWICA DROB ANI 50g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <i>JAJ</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , JABŁKO 100g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , <b>II Śniadanie:</b> SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/ CIUK* 1szt,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml ( <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 ZI CUK* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <i>MLE</i> ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), SZYMKOWA WP* 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), MARCHEW ŚW. W PŁASTRACH 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2683.74 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11270.96 kJ; Białko ogółem: 126.57 g; Tłuszcz: 97.14 g; Węglowodany ogółem: 338.64 g; suma cukrów prostych: 99.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.07 g; Błonnik pokarmowy: 26.82 g; Sól: 8.29 g;		
<b>sobota 2024-06-29</b> <b>Dieta: DZIECIĘCA POOPERACYJNA</b>		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 200ml ( <i>GLU, MLE</i> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <i>MLE</i> ), POŁĘDWICA DROB ANI 50g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <i>SEL</i> ), JABŁKO PIECZONE* 150g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , <b>II Śniadanie:</b> PACZKA NA DZIEŃ DZIECKA 1szt ( <i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GLU PSZ</i> ),	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( <i>MLE</i> ), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), BURACZKI W GLAZURZE* 100g , MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <i>GLU, MLE</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <i>MLE</i> ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <i>MLE</i> ), SZYMKOWA WP* 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), SAŁATKA JARZYNOWA 3skł.* 80g ( <i>MLE, SEL</i> ), HERBATA ZI C* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> SEREK NATURALNY HOM* 1szt ( <i>MLE</i> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 3053.03 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 12845.94 kJ; Białko ogółem: 122.92 g; Tłuszcz: 85.47 g; Węglowodany ogółem: 465.33 g; suma cukrów prostych: 193.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.58 g; Błonnik pokarmowy: 33.49 g; Sól: 10.07 g;		
<b>sobota 2024-06-29</b> <b>Dieta: PAPKOWATA</b>		
PLĄTKI OWSIANE 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> ), SZYMKOWA WP MIELONA* 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), POMIDOR B/SKÓRY 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),	ZUPA BARSZCZBIAŁY Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( <i>MLE</i> ), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), BURACZKI W GLAZURZE* 100g , MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <i>GLU, MLE</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> BUDYŃ* 150ml ( <i>MLE</i> ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <i>MLE</i> ), SZYMKOWA WP MIELONA* 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), POMIDOR B/SKÓRY 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>sobota 2024-06-29</b> <b>Dieta: PAPKOWATA CIUKRZYCOWA</b>		
PLĄTKI OWSIANE 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> ), SZYMKOWA WP MIELONA* 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), POMIDOR B/SKÓRY 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),	ZUPA BARSZCZBIAŁY Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( <i>MLE</i> ), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), BURACZKI W GLAZURZE* 100g , MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <i>GLU, MLE</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <i>MLE</i> ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <i>MLE</i> ), SZYMKOWA WP MIELONA* 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), POMIDOR B/SKÓRY 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2272.56 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9398.03 kJ; Białko ogółem: 109.96 g; Tłuszcz: 69.50 g; Węglowodany ogółem: 316.80 g; suma cukrów prostych: 84.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.89 g; Błonnik pokarmowy: 31.70 g; Sól: 6.53 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-06-29		
Dieta: PAKOWATA BEZ MLEKA		
PŁATKI OWSIANE NA WYW JARZ MIX* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT MIELONA* 50g ( <i>MLE, GOR</i> ), PASTA JAJECZNA* 60g ( <i>JAJ, MLE</i> ), WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <i>SEL</i> ), JABŁKO PIECZONE* 150g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: CHRUPKI KUKURYDZ* 20g,	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN B/ML MIX* 400ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( <i>MLE</i> ), FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, MARCHEW OPRÓSZANA* 100g ( <i>GLU, MLE</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z CUK* 250ml, Podwieczorek: SOK JABŁKOWY* 200ml,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <i>MLE</i> ), SZYNKOWA WP MIELONA* 70g ( <i>MLE, GOR, SO2</i> ), ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), POMIDOR B/SKÓRY 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2117.62 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8742.83 kJ; Białko ogółem: 89.50 g; Tłuszcz: 63.59 g; Węglowodany ogółem: 314.05 g; suma cukrów prostych: 84.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.47 g; Błonnik pokarmowy: 36.47 g; Sól: 7.31 g;		
sobota 2024-06-29		
Dieta: PŁYNNNA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU PŁYNNNA* 400ml ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	PŁYNNNA OB* 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z CUK* 250ml, GALARETKA OWOCOWA PŁYNNNA* 150ml ( <i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i> ), Podwieczorek: SEREK NATURALNY HOM* 1szt ( <i>MLE</i> ),	PŁYNNNA KOL* 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i> ), BUDYŃ B/C* 150ml ( <i>MLE</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> 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: SONDA		
SONDA MLECZNA* 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: KISIEL SONDA* 150ml,	SONDA OB* 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i> ), GALARETKA OWOCOWA PŁYNNNA* 150ml ( <i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z CUK* 250ml, Podwieczorek: SEREK NATURALNY HOM* 1szt ( <i>MLE</i> ),	SONDA KOL* 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i> ), BUDYŃ SONDA* 150ml ( <i>MLE</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2294.27 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9631.31 kJ; Białko ogółem: 124.28 g; Tłuszcz: 86.48 g; Węglowodany ogółem: 261.52 g; suma cukrów prostych: 86.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.78 g; Błonnik pokarmowy: 24.26 g; Sól: 3.53 g;		
sobota 2024-06-29		
Dieta: SONDA BEZ MLEKA		
SONDA B/ MLEKA ŚN* 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i> ), SOK JABŁKOWY* 1ml, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	GALARETKA OWOCOWA* 150ml ( <i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i> ), SONDA B/ML MLEKA OB* 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z CUK* 250ml, Podwieczorek: SOK POMIDOROWY* 1szt,	SONDA B/ML KOL* 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i> ), KASZA MANNNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml ( <i>GLU, MLE</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2095.37 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8797.47 kJ; Białko ogółem: 90.37 g; Tłuszcz: 67.68 g; Węglowodany ogółem: 295.62 g; suma cukrów prostych: 61.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.34 g; Błonnik pokarmowy: 39.45 g; Sól: 4.59 g;		
sobota 2024-06-29		
Dieta: KLEIKOWA		
KLEIK ZKASZY MANNY* 400ml ( <i>GLU</i> ), SUCHARY* 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml,	KLEIK ZKASZY MANNY* 400ml ( <i>GLU</i> ), SUCHARY* 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml,	KLEIK ZKASZY MANNY* 400ml ( <i>GLU</i> ), SUCHARY* 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i> ), HERBATA ZC* 250ml, Posiłek nocny: KLEIK ZKASZY MANNY* 200ml ( <i>GLU</i> ), SUCHARY 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 812.91 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 3440.05 kJ; Białko ogółem: 24.41 g; Tłuszcz: 9.54 g; Węglowodany ogółem: 157.02 g; suma cukrów prostych: 7.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.12 g; Błonnik pokarmowy: 18.99 g; Sól: 1.19 g;		
sobota 2024-06-29		
Dieta: PŁYNNNA DZIECIECA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU PŁYNNNA* 400ml ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	RYŻANKA* 400ml ( <i>SEL</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z CUK* 250ml, Podwieczorek: SEREK NATURALNY HOM* 1szt ( <i>MLE</i> ),	BUDYŃ B/C* 150ml ( <i>MLE</i> ), ZUPA GRYSIKOWA* 400ml ( <i>GLU, SEL</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: BUDYŃ* 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1035.83 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 4368.60 kJ; Białko ogółem: 57.37 g; Tłuszcz: 27.28 g; Węglowodany ogółem: 144.35 g; suma cukrów prostych: 62.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.93 g; Błonnik pokarmowy: 7.75 g; Sól: 1.95 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-06-29</b>		
<b>Dieta: WEGETARIAŃSKA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt ( <b>JAJ</b> ), MIÓD 50g , SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , JABŁKO 150g , HERBATA B/CIUKRU* 250ml , <b>II Śniadanie:</b> KRAKERSY 15g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</b> ),	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN* 400ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), GULASZ KOSTKI SOJOWEJ Z WARZYWAMI* 180g ( <b>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 150g ( <b>GLU</b> ), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g ( <b>MLE</b> ), SURÓWKA WARZYWNA Z JOG* 100g ( <b>MLE, SEL</b> ), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM Z/ CIUK* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), RYŻ Z WARZYWAMI I CIECIERZYCĄ* 200g , MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2406.05 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10125.81 kJ; Białko ogółem: 68.35 g; Tłuszcz: 66.15 g; Węglowodany ogółem: 402.97 g; suma cukrów prostych: 81.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.50 g; Błonnik pokarmowy: 40.43 g; Sól: 5.50 g;		

Dietetyk

.....