

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-06-03		
Dieta: PODSTAWOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), POMIDOR 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE),	ZUPA BARSZCZ CZESKI* 400ml (GLU, MLE, SEL), NALEŚNIKI Z SEREM * 300g (GLU, JAJ, MLE), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (MLE), POMARAŃCZA (100g) 0.5szt, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), RZODKIEW BIAŁA 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G,M,EX,SAI, POL SOP DR 20G* 1Pα (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2626.31 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11046.02 kJ; Białko ogółem: 114.48 g; Tłuszcz: 75.91 g; Węglowodany ogółem: 380.75 g; suma cukrów prostych: 90.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.28 g; Błonnik pokarmowy: 32.65 g; Sól: 8.63 g;		
poniedziałek 2024-06-03		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), POMIDOR 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE),	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), MAKARON ŚWID 200-G ZSER BIAŁ 100G I JABŁ PRAŻ 100G * 400g (GLU, JAJ, MLE), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (MLE), POMARAŃCZA (100g) 0.5szt, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI50G, SAŁATY, M,EX,POL SOP DR 20G 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2580.16 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10854.38 kJ; Białko ogółem: 108.33 g; Tłuszcz: 73.74 g; Węglowodany ogółem: 379.53 g; suma cukrów prostych: 95.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.20 g; Błonnik pokarmowy: 29.95 g; Sól: 8.38 g;		
poniedziałek 2024-06-03		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR), POMIDOR 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE), II Sniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), MAKARON PEŁNOZIARNISTY* 200g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), POMARAŃCZA (100g) 0.5szt, SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, Podwieczorek: SOK POMIDOROWY* 1szt,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), RZODKIEW BIAŁA 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G,M,EX,SAI, POL SOP DR 20G* 1Pα (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2531.54 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10647.00 kJ; Białko ogółem: 112.48 g; Tłuszcz: 72.23 g; Węglowodany ogółem: 363.97 g; suma cukrów prostych: 81.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.29 g; Błonnik pokarmowy: 41.23 g; Sól: 10.23 g;		
poniedziałek 2024-06-03		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
KASZA MANNA 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), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR), POMIDOR 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE),	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), MAKARON ŚWID 200-G ZSER BIAŁ 100G I JABŁ PRAŻ 100G * 400g (GLU, JAJ, MLE), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (MLE), POMARAŃCZA (100g) 0.5szt, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G,M,EX,SAI, POL SOP DR 20G* 1Pα (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2570.16 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10814.08 kJ; Białko ogółem: 107.38 g; Tłuszcz: 72.22 g; Węglowodany ogółem: 381.22 g; suma cukrów prostych: 95.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.78 g; Błonnik pokarmowy: 29.53 g; Sól: 8.42 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-06-03		
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% 5g (MLE), PASTA Z BIAŁKA JAJKA* 60g (JAJ, MLE), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR), JABŁKO PIECZONE* 150g, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml,	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY* 200g (GLU, JAJ), KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU, MLE), WARZYWA GOTOWANE * 100g (SEL), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATKA JARZYNOWA 3skł.* 120g (MLE, SEL), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, SAŁATY, M.EX,POL SOP DR 20G 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2514.29 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10579.11 kJ; Białko ogółem: 107.76 g; Tłuszcz: 69.51 g; Węglowodany ogółem: 375.15 g; suma cukrów prostych: 74.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.10 g; Błonnik pokarmowy: 35.03 g; Sól: 9.00 g;		
poniedziałek 2024-06-03		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ZOŁ		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), PASTA Z BIAŁKA JAJKA* 60g (JAJ, MLE), SCHAB GOT B/SOLI * 50g, JABŁKO PIECZONE* 150g, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: KISIEL* 150ml,	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU, MLE), WARZYWA GOTOWANE * 100g (SEL), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 100g (SEL), SAŁATKA JARZYNOWA 3skł.* 120g (MLE, SEL), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX, SERA BIAŁEGO 50G 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2576.34 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10826.69 kJ; Białko ogółem: 125.96 g; Tłuszcz: 87.80 g; Węglowodany ogółem: 339.79 g; suma cukrów prostych: 91.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.10 g; Błonnik pokarmowy: 38.03 g; Sól: 5.41 g;		
poniedziałek 2024-06-03		
Dieta: BOGATOBIĄŁKOWA		
KASZA MANNA 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), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 30g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR), POMIDOR 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, II Śniadanie: BUDYŃ* 150ml (MLE),	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), MAKARON ŚWIDERKI GOTOWANY* 200g (GLU, JAJ), KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM* 100g (MLE), POMARAŃCZA (100g) 0.5szt, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M, EX, SAŁ, POL SOP DR 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2729.57 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11488.23 kJ; Białko ogółem: 115.40 g; Tłuszcz: 80.75 g; Węglowodany ogółem: 395.79 g; suma cukrów prostych: 99.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.42 g; Błonnik pokarmowy: 29.02 g; Sól: 8.41 g;		
poniedziałek 2024-06-03		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
KASZA MANNA NA MLEKU* 150ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 40g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), POMIDOR 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 150ml (MLE), II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 200ml (GLU, MLE, SEL), MAKARON ŚWID 100 ZSER BIAŁ 50G I JABŁ PRAŻSOG* 200g (GLU, JAJ, MLE), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (MLE), POMARAŃCZA (100g) 0.5szt, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, Podwieczorek: SOK POMIDOROWY* 1szt,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 50g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M, EX, SAŁ, POL SOP DR 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1729.77 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7282.92 kJ; Białko ogółem: 80.80 g; Tłuszcz: 40.86 g; Węglowodany ogółem: 268.20 g; suma cukrów prostych: 91.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.64 g; Błonnik pokarmowy: 27.04 g; Sól: 7.57 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-06-03 Dieta: BEZGLUTENOWA		
KASZA KUKURYZJANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (<i>ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), POMIDOR 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), II Śniadanie: KISIEL* 150ml ,	ZUPA ZIEMNIACZANA Z BURAKIEM B/GLUTENU* 400ml (<i>MLE, SEL</i>), MAKARON B/GLUTENOWY Z SEREM I POLEWĄ JOGURTOWO-OWOCOWĄ* 400g (<i>JAJ, MLE</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (<i>MLE</i>), POMARAŃCZA (100g) 0.5szt , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , Podwieczorek: SOK POMIDOROWY* 1szt,	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (<i>ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , Posiłek nocny: KANAPKA Z PIECZ B/GLUT 50G.M.EX.,SAŁ.,SZYNKA DĘBOWA20G 1Por (<i>MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2454.19 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9944.57 kJ; Białko ogółem: 85.82 g; Tłuszcz: 72.78 g; Węglowodany ogółem: 364.93 g; suma cukrów prostych: 118.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.00 g; Błonnik pokarmowy: 31.39 g; Sól: 10.58 g;		
poniedziałek 2024-06-03 Dieta: PAPPKOWATA		
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% 5g (<i>MLE</i>), SZYNKA PIASTOWSKA WP MIELONA* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), PASTA JAJECZNA Z NATKĄ* 60g (<i>JAJ, MLE</i>), JABŁKO PIECZONE* 150g , POMIDOR B/SKÓRY 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml ,	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM MIX* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), BANAN 1szt, KOMPOTZ CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , Podwieczorek: BISZKOPTY B/CIUKRU* 20g (<i>GLU, JAJ, ORZ</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA MIELONA* 70g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2415.64 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10168.10 kJ; Białko ogółem: 115.75 g; Tłuszcz: 65.19 g; Węglowodany ogółem: 349.29 g; suma cukrów prostych: 132.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.71 g; Błonnik pokarmowy: 30.45 g; Sól: 7.10 g;		
poniedziałek 2024-06-03 Dieta: PLYNNA		
KASZA MANNA NA MLEKU PIYNNNA* 400ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), II Śniadanie: KISIEL* 150ml ,	PLYNNA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>), Podwieczorek: KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (<i>GLU, MLE</i>),	PLYNNA KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: SOK POMIDOROWY* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2217.12 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9321.44 kJ; Białko ogółem: 118.40 g; Tłuszcz: 74.50 g; Węglowodany ogółem: 279.23 g; suma cukrów prostych: 87.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.28 g; Błonnik pokarmowy: 27.71 g; Sól: 4.94 g;		
poniedziałek 2024-06-03 Dieta: BOGATORESZTKOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA PIASTOWSKA WP* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), POMIDOR 60g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAKAO NA MLEKU B/CIUKRU* 250ml (<i>MLE</i>), II Śniadanie: KANAPKA Z CHL. RAZ 30G, M. EX, SZYNKĄ DĘB DR 20G 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>),	ZUPA ZIEMNIACZANA ZBURAKIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MAKARON PEŁNOZIARNISTY* 200g (<i>GLU, JAJ, SOJ</i>), KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , Podwieczorek: MANDARYNKA* 150g ,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), RZODKIEW BIAŁA 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), SOK POMIDOROWY* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2660.94 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11194.37 kJ; Białko ogółem: 116.19 g; Tłuszcz: 75.21 g; Węglowodany ogółem: 387.02 g; suma cukrów prostych: 89.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.51 g; Błonnik pokarmowy: 43.74 g; Sól: 10.56 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-06-04		
Dieta: PODSTAWOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 15g,	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), FILET Z PIERSI KURCZAKA W CIEŚCIE NALEŚN* 110g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), SURÓWKA Z KA PEK Z POM I KOPER WINEGRET* 100g (<i>GOR</i>), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/CIUKRU* 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% 15g (<i>MLE</i>), PASTA Z SOCZEWICY CZERWONEJ I WARZYW* 100g (<i>GLU, SEL</i>), OGÓREK KISZONY* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2511.26 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10542.86 kJ; Białko ogółem: 98.27 g; Tłuszcz: 85.51 g; Węglowodany ogółem: 349.29 g; suma cukrów prostych: 60.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.54 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g; Sól: 7.61 g;		
wtorek 2024-06-04		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 15g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z KA PEK Z POM I KOPER WINEGRET* 100g (<i>GOR</i>), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/CIUKRU* 250ml,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA DEBOWA DROBIOWA* 70g, BROKUŁY GOTOWANE 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2227.88 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9368.33 kJ; Białko ogółem: 105.36 g; Tłuszcz: 64.63 g; Węglowodany ogółem: 318.63 g; suma cukrów prostych: 62.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.66 g; Błonnik pokarmowy: 27.81 g; Sól: 6.40 g;		
wtorek 2024-06-04		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: JABŁKO 150g,	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA Z KA PEK Z POM I KOPER WINEGRET* 100g (<i>GOR</i>), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/CIUKRU* 250ml, Podwieczorek: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), PASTA Z SOCZEWICY CZERWONEJ I WARZYW* 100g (<i>GLU, SEL</i>), OGÓREK KISZONY* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: CHLEB RAZOWY * 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA Z INDYKA PRASOWANA* 20g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2506.36 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10528.49 kJ; Białko ogółem: 119.89 g; Tłuszcz: 73.66 g; Węglowodany ogółem: 356.96 g; suma cukrów prostych: 81.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.48 g; Błonnik pokarmowy: 35.17 g; Sól: 8.56 g;		
wtorek 2024-06-04		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SURÓWKA Z KA PEK Z POM I KOPER WINEGRET* 100g (<i>GOR</i>), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/CIUKRU* 250ml, SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BURACZKI W GLAZURZE* 100g,	BUŁKA PSZENNNA 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>), PASTA Z SOCZEWICY CZERWONEJ I WARZYW* 100g (<i>GLU, SEL</i>), BROKUŁY GOTOWANE 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2374.10 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9987.16 kJ; Białko ogółem: 104.68 g; Tłuszcz: 66.80 g; Węglowodany ogółem: 351.44 g; suma cukrów prostych: 62.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.17 g; Błonnik pokarmowy: 28.64 g; Sól: 6.18 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-06-04		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, BUKIET JARZYN GOTOWANY* 60g (SEL), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR),	ZUPA JARZYNOWA Z ZACIERKĄ* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, SOS KOPERKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), JABŁKO PIECZONE* 150g, KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/CUKRU* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 70g, BROKUŁY GOTOWANE B/ŁODYGI 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2340.65 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9860.74 kJ; Białko ogółem: 107.27 g; Tłuszcz: 60.81 g; Węglowodany ogółem: 355.58 g; suma cukrów prostych: 81.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.94 g; Błonnik pokarmowy: 31.30 g; Sól: 6.79 g;		
wtorek 2024-06-04		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SCHAB GOT B/SOLI* 50g, TWAROŻEK* 70g (MLE), BUKIET JARZYN GOTOWANY* 60g (SEL), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: CHRUPKI KUKURYDZ* 20g,	ZUPA JARZYNOWA Z ZACIERKĄ* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS KOPERKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, JABŁKO PIECZONE* 150g, KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/CUKRU* 250ml, Podwieczorek: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 70g, BROKUŁY GOTOWANE B/ŁODYGI 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2363.57 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9949.37 kJ; Białko ogółem: 123.19 g; Tłuszcz: 69.60 g; Węglowodany ogółem: 326.72 g; suma cukrów prostych: 82.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.54 g; Błonnik pokarmowy: 32.61 g; Sól: 5.11 g;		
wtorek 2024-06-04		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: JABŁKO PIECZONE Z SEREM* 150g (MLE),	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS KOPERKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z KA PEK Z POM I KOPER WINEGRET* 100g (GOR), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/CUKRU* 250ml, Podwieczorek: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 70g, BROKUŁY GOTOWANE 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2391.08 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10046.23 kJ; Białko ogółem: 122.19 g; Tłuszcz: 75.24 g; Węglowodany ogółem: 319.11 g; suma cukrów prostych: 88.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.88 g; Błonnik pokarmowy: 28.65 g; Sól: 6.85 g;		
wtorek 2024-06-04		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 150ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: JABŁKO 100g,	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 200ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (MLE), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS KOPERKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z KA PEK Z POM I KOPER WINEGRET* 100g (GOR), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/CUKRU* 250ml, Podwieczorek: GALARETKA MLECZNA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), SZYMKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, BROKUŁY GOTOWANE 80g, SAŁATA MASŁOWA* 5g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1684.32 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7091.06 kJ; Białko ogółem: 87.63 g; Tłuszcz: 40.26 g; Węglowodany ogółem: 252.12 g; suma cukrów prostych: 60.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.79 g; Błonnik pokarmowy: 21.26 g; Sól: 5.07 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-06-04		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
RYŻNA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYŃKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 15g, HERBATA Z/C* 250ml, II Śniadanie: JABŁKO 150g,	ZUPA POMIDOROWA ZMAKARONEM B/ GLUT* 400ml (JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS JARZYNOWY B/ GLUTENOWY* 100ml (SEL), SURÓWKA Z KA PEK Z POM I KOPER WNEGRET* 100g (GOR), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/ CUKRU* 250ml, Podwieczorek: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), SZYŃKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, BROKUŁY GOTOWANE 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/ CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2351.96 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9871.14 kJ; Białko ogółem: 88.71 g; Tłuszcz: 69.78 g; Węglowodany ogółem: 348.85 g; suma cukrów prostych: 92.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.95 g; Błonnik pokarmowy: 26.35 g; Sól: 5.81 g;		
wtorek 2024-06-04		
Dieta: PĄPKOWATA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), KIEŁBASA SZYŃKOWA WP MIELONA* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g, BUKIET JARZYN GOTOWANY* 60g (SEL), POMIDOR B/SKÓRY 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: CHRUPKI KUKURYDZ* 20g,	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS KOPERKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, JABŁKO PIECZONE* 150g, KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/ CUKRU* 250ml, Podwieczorek: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYŃKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 70g, ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/ CUKRU* 250ml, BROKUŁY PUREE* 80g, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2316.80 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9759.97 kJ; Białko ogółem: 110.34 g; Tłuszcz: 61.62 g; Węglowodany ogółem: 344.95 g; suma cukrów prostych: 84.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.53 g; Błonnik pokarmowy: 32.01 g; Sól: 6.65 g;		
wtorek 2024-06-04		
Dieta: PŁYNNA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU PLYNNNA* 400ml (GLU, JAJ, MLE), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: KISIEL* 150ml, JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	PŁYNNNA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/ CUKRU* 250ml, SOK JABŁKOWY* 200ml, Podwieczorek: BUDYŃ* 150ml (MLE),	PŁYNNNA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU, MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/ CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2216.35 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9323.56 kJ; Białko ogółem: 103.69 g; Tłuszcz: 72.29 g; Węglowodany ogółem: 297.35 g; suma cukrów prostych: 99.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.87 g; Błonnik pokarmowy: 24.63 g; Sól: 3.21 g;		
wtorek 2024-06-04		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), KIEŁBASA SZYŃKOWA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, MIX SAŁAT* 15g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA POMIDOROWA Z ZACIERKĄ* 400ml (GLU, MLE, SEL), RYŻBRAZOWY NA SYPKO* 200g, FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS KOPERKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z KA PEK Z POM I KOPER WNEGRET* 100g (GOR), BURACZKI W GLAZURZE* 100g, KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/ CUKRU* 250ml, Podwieczorek: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),	CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU, PSZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), SZYŃKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 70g, BROKUŁY GOTOWANE 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/ CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2629.84 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11076.83 kJ; Białko ogółem: 118.00 g; Tłuszcz: 63.92 g; Węglowodany ogółem: 413.94 g; suma cukrów prostych: 81.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.35 g; Błonnik pokarmowy: 38.85 g; Sól: 8.81 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-06-05		
Dieta: PODSTAWOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SCHAB WP. PAROWANY* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), OGÓREK ŚWIEŻY 60g , SAŁATA ROSZPONKA* 15g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ Z/C * 250ml ,	ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI * 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ŁAZANKI Z KAPUSTĄ KISZONĄ BIAŁĄ i MIĘSEM WP* 350g (<i>GLU, SOJ</i>), BROKUŁY GOTOWANE * 100g , JABŁKO 150g , WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 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>), PIERŚ GOTOWANA PREMIUM* 70g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), BURACZKI Z CHRZANEM * 70g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM Z/C* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M EX, SAŁATY Z SEREM ŻÓŁTOG 1Por (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2215.60 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9285.90 kJ; Białko ogółem: 101.73 g; Tłuszcz: 91.97 g; Węglowodany ogółem: 276.17 g; suma cukrów prostych: 64.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.13 g; Błonnik pokarmowy: 24.96 g; Sól: 9.65 g;		
środa 2024-06-05		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SCHAB WP. PAROWANY* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), POMIDOR 60g , SAŁATA ROSZPONKA* 15g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/C UKRU* 250ml ,	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMN DIET* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OLI 100g (<i>SEL</i>), CUKINIA PIECZONA* 100g , WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 15g (<i>MLE</i>), PIERŚ GOTOWANA PREMIUM* 70g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , 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]: 2353.46 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9876.99 kJ; Białko ogółem: 105.33 g; Tłuszcz: 86.49 g; Węglowodany ogółem: 321.97 g; suma cukrów prostych: 45.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.44 g; Błonnik pokarmowy: 30.39 g; Sól: 7.08 g;		
środa 2024-06-05		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), SCHAB WP. PAROWANY* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), OGÓREK ŚWIEŻY 60g , SAŁATA ROSZPONKA* 15g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/C UKRU* 250ml , II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMN DIET* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OLI 100g (<i>SEL</i>), CUKINIA PIECZONA* 100g , WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml , Podwieczorek: WAFEL RYŻOWY 2 SZT* 20g (<i>SEZ</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 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>), PIERŚ GOTOWANA PREMIUM* 70g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , Posiłek nocny: CHLEB RAZOWY * 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 5g (<i>MLE</i>), POLĘDWICA DROB ANI 20g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2476.92 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10401.17 kJ; Białko ogółem: 111.26 g; Tłuszcz: 85.99 g; Węglowodany ogółem: 348.53 g; suma cukrów prostych: 51.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.61 g; Błonnik pokarmowy: 32.60 g; Sól: 7.54 g;		
środa 2024-06-05		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SCHAB WP. PAROWANY* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g , SAŁATA ROSZPONKA* 15g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/C UKRU* 250ml ,	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMN DIET* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS KOPERKOWY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SURÓWKA WARZYWNA Z OLI 100g (<i>SEL</i>), CUKINIA PIECZONA* 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>), PIERŚ GOTOWANA PREMIUM* 70g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/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]: 2362.21 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9923.09 kJ; Białko ogółem: 107.87 g; Tłuszcz: 82.68 g; Węglowodany ogółem: 329.08 g; suma cukrów prostych: 47.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.29 g; Błonnik pokarmowy: 27.91 g; Sól: 6.90 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-06-05		
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), TWAROŻEK* 70g (MLE), SCHAB WP. PAROWANY* 50g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOL* 60g, JABŁKO PIECZONE* 150g, HERBATA GRAN ZCYTRYNA B/CIUKRU* 250ml,	ZUPA KOPERKOWA ZZIEMNIAKAMI* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS KOPERKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), CUKINIA PIECZONA* 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ500ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), PIERŚ GOTOWANA PREMIUM* 70g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX, POL DROB ANI 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2461.03 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10360.62 kJ; Białko ogółem: 109.71 g; Tłuszcz: 76.95 g; Węglowodany ogółem: 365.06 g; suma cukrów prostych: 61.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.71 g; Błonnik pokarmowy: 28.76 g; Sól: 6.92 g;		
środa 2024-06-05		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.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), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, MARCHEW KARB GOT Z ZIOL* 60g, JABŁKO PIECZONE* 150g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA KOPERKOWA ZZIEMNIAKAMI* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS KOPERKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), CUKINIA PIECZONA* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ500ml, Podwieczorek: BISZKOPTY B/CIUKRU* 20g (GLU, JAJ, ORZ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 60g, BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: BUDYŃ* 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2464.35 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10368.58 kJ; Białko ogółem: 116.93 g; Tłuszcz: 69.11 g; Węglowodany ogółem: 356.05 g; suma cukrów prostych: 110.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.78 g; Błonnik pokarmowy: 25.00 g; Sól: 3.93 g;		
środa 2024-06-05		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), HERBATA GRAN ZCYTRYNA B/CIUKRU* 250ml, SCHAB WP. PAROWANY* 50g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), SER BIAŁY KROJONY* 50g (MLE), POMIDOR 60g, SAŁATA ROSZPONKA* 15g, KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMN DIET* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS KOPERKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA WARZYWNA Z OLI 100g (SEL), CUKINIA PIECZONA* 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ500ml, Podwieczorek: BUDYŃ* 150ml (MLE),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), PIERŚ GOTOWANA PREMIUM* 70g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), SAŁATA MASŁOWA 10g, BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX, POL DROB ANI 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2536.94 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10661.73 kJ; Białko ogółem: 115.69 g; Tłuszcz: 85.57 g; Węglowodany ogółem: 359.06 g; suma cukrów prostych: 68.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.73 g; Błonnik pokarmowy: 29.14 g; Sól: 7.35 g;		
środa 2024-06-05		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
KASZA MANNA NA MLEKU* 200ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SCHAB WP. PAROWANY* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), POMIDOR 50g, SAŁATA ROSZPONKA* 15g, HERBATA GRAN ZCYTRYNA B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA KALAFIOROWA ZZIEMNIAKAMI * 200ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 100g (GLU), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS KOPERKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA WARZYWNA Z OLI 100g (SEL), CUKINIA PIECZONA* 80g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ500ml, Podwieczorek: WAFEL RYŻOWY 2 SZT* 20g (SEZ),	BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), PIERŚ GOTOWANA PREMIUM* 70g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX, POL DROB ANI 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1774.60 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7448.73 kJ; Białko ogółem: 86.82 g; Tłuszcz: 62.33 g; Węglowodany ogółem: 237.91 g; suma cukrów prostych: 41.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.44 g; Błonnik pokarmowy: 21.39 g; Sól: 5.66 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-06-05		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
RYŻNA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB B/ GLUTENOWY* 100g (ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), SCHAB WP. PAROWANY* 50g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), POMIDOR 60g, SAŁATA ROSZPONKA* 15g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/ CUKRU* 250ml, II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAK B/ GLUT* 400ml (MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), BITKA DROB GOTOWANA* 80g (GLU), SOS JARZYNOWY B/ GLUTENOWY* 100ml (SEL), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g (SEL), CUKINIA PIECZONA* 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, Podwieczorek: WAFEL RYŻOWY 2 SZT* 20g (SEZ),	CHLEB B/ GLUTENOWY* 120g (ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), PIERŚ GOTOWANA PREMIUM* 70g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), BURACZKI Z CHRZANEM * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z PIECZ B/ GLUT 50G, M. EX, SAŁ, POL DROB ANI 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2274.84 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9521.98 kJ; Białko ogółem: 91.19 g; Tłuszcz: 87.57 g; Węglowodany ogółem: 304.75 g; suma cukrów prostych: 61.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.56 g; Błonnik pokarmowy: 27.42 g; Sól: 7.23 g;		
środa 2024-06-05		
Dieta: PAKOWATA		
KASZA MANNA NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SCHAB WP. PAROWANY MIEL* 50g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), PASTA JAJECZNA* 60g (JAJ, MLE), POMIDOR B/ SKÓRY 50g, JABŁKO PIECZONE* 150g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/ CUKRU* 250ml, II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAK MIX* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS KOPERKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), CUKINIA PIECZONA* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZ* 20g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), PIERŚ GOTOWANA PREMIUM MIELONA* 70g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, Posiłek nocny: RYŻ Z JABŁKIEM* 200g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2289.39 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9625.82 kJ; Białko ogółem: 115.51 g; Tłuszcz: 78.04 g; Węglowodany ogółem: 313.42 g; suma cukrów prostych: 75.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.99 g; Błonnik pokarmowy: 28.37 g; Sól: 5.34 g;		
środa 2024-06-05		
Dieta: PŁYNNA		
KASZA MANNA NA MLEKU PIYNNA* 400ml (GLU, JAJ, MLE), KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/ CUKRU* 250ml, II Śniadanie: KISIEL* 150ml,	PŁYNNA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE), WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, Podwieczorek: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	PŁYNNA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), RYŻ Z JABŁKIEM* 200g (MLE), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2059.78 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8659.43 kJ; Białko ogółem: 109.57 g; Tłuszcz: 69.33 g; Węglowodany ogółem: 257.43 g; suma cukrów prostych: 58.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.41 g; Błonnik pokarmowy: 23.03 g; Sól: 3.26 g;		
środa 2024-06-05		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SCHAB WP. PAROWANY* 50g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), JABŁKO 150g, OGÓREK ŚWIEŻY 60g, SAŁATA ROSZPONKA* 15g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/ CUKRU* 250ml, II Śniadanie: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA KALAFIOROWA Z MAK PEŁNOZIAR* 400ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS KOPERKOWY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g (SEL), CUKINIA PIECZONA* 100g, WODA ŹRÓDLANA NIEGAZ 500ml, Podwieczorek: WAFEL RYŻOWY 2 SZT* 20g (SEZ),	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), PIERŚ GOTOWANA PREMIUM* 70g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), BURACZKI Z CHRZANEM * 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, ORZ, SEL, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2669.27 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11212.19 kJ; Białko ogółem: 117.39 g; Tłuszcz: 87.33 g; Węglowodany ogółem: 387.19 g; suma cukrów prostych: 65.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.88 g; Błonnik pokarmowy: 38.01 g; Sól: 7.91 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-06-06		
Dieta: PODSTAWOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), KALAFIOR GOTOWANY* 60g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA KRUPNIK JĘCZMIENNY Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PIECZEŃ WP GOT* 80g, SOS PIECZENIOWY* 100g (<i>GLU, SEL</i>), SAŁATKA Z BURAKA, JABŁKA, OGÓRK KISZZ JOG* 100g (<i>JAJ, MLE, GOR</i>), FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA ZKURCZAŃ* 70g (<i>MLE, GOR</i>), SAŁATKA JARZYNOWA ZW* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2381.51 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9422.90 kJ; Białko ogółem: 115.91 g; Tłuszcz: 85.48 g; Węglowodany ogółem: 294.10 g; suma cukrów prostych: 62.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.28 g; Błonnik pokarmowy: 28.92 g; Sól: 7.54 g;		
czwartek 2024-06-06		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), KALAFIOR GOTOWANY* 60g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA KRUPNIK JĘCZMIENNY Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PIECZEŃ WP GOT* 80g, SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OL/ 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MARCHEW W GLAZURZE* 100g (<i>MLE</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB GRAHAM* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA ZKURCZAŃ* 70g (<i>MLE, GOR</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2304.24 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9101.46 kJ; Białko ogółem: 116.00 g; Tłuszcz: 78.72 g; Węglowodany ogółem: 291.50 g; suma cukrów prostych: 70.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.11 g; Błonnik pokarmowy: 32.15 g; Sól: 6.91 g;		
czwartek 2024-06-06		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g, KALAFIOR GOTOWANY* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA KRUPNIK JĘCZMIENNY Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PIECZEŃ WP GOT* 80g, SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OL/ 100g, FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, Podwieczorek: KISIEL B/C* 150ml,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA ZKURCZAŃ* 70g (<i>MLE, GOR</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWY, MEX, SAŁ Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2460.02 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9754.36 kJ; Białko ogółem: 117.62 g; Tłuszcz: 83.01 g; Węglowodany ogółem: 321.60 g; suma cukrów prostych: 69.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.84 g; Błonnik pokarmowy: 36.81 g; Sól: 8.94 g;		
czwartek 2024-06-06		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), POMIDOR 60g, KALAFIOR GOTOWANY* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>),	ZUPA KRUPNIK JĘCZMIENNY Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PIECZEŃ WP GOT* 80g, SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OL/ 100g, MARCHEW W GLAZURZE* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA ZKURCZAŃ* 70g (<i>MLE, GOR</i>), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2322.64 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9183.06 kJ; Białko ogółem: 114.96 g; Tłuszcz: 78.56 g; Węglowodany ogółem: 296.38 g; suma cukrów prostych: 70.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.09 g; Błonnik pokarmowy: 29.67 g; Sól: 6.91 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-06-06		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
KASZA KUKURDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), DŻEM JEDNOPORC.JOWY 25g/op. 2szt, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), POMIDOR B/SKÓRY 60g, BUKIET WARZYW GOTOWANY* 60g (SEL),	ZUPA KRUPNIK JĘCZMIENNY Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), PIECZEŃ WP GOT* 80g, SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), MARCHEW W GLAZURZE* 100g (MLE), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (GLU), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g (MLE, GOR), SAŁATKA JARZYNOWA 3skł.* 120g (MLE, SEL), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2229.84 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8805.19 kJ; Białko ogółem: 102.47 g; Tłuszcz: 62.70 g; Węglowodany ogółem: 323.69 g; suma cukrów prostych: 92.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.54 g; Błonnik pokarmowy: 32.33 g; Sól: 7.18 g;		
czwartek 2024-06-06		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
KASZA KUKURDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g (SEL), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, JABŁKO PIECZONE* 150g, BUKIET WARZYW GOTOWANY* 60g (SEL), SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	ZUPA KRUPNIK JĘCZMIENNY Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), PIECZEŃ RZYMSKA* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARCHEW W GLAZURZE* 100g (MLE), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (GLU), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, Podwieczorek: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 70g, SAŁATKA JARZYNOWA 3skł.* 120g (MLE, SEL), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2531.49 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10298.77 kJ; Białko ogółem: 114.49 g; Tłuszcz: 73.84 g; Węglowodany ogółem: 369.17 g; suma cukrów prostych: 98.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.60 g; Błonnik pokarmowy: 36.38 g; Sól: 5.86 g;		
czwartek 2024-06-06		
Dieta: BOGATOBIALKOWA		
KASZA KUKURDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB RAZOWY* 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), TWARÓŻEK* 70g (MLE), KALAFIOR GOTOWANY* 60g, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE),	ZUPA KRUPNIK JĘCZMIENNY Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), PIECZEŃ WP GOT* 80g, SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLI 100g, MARCHEW W GLAZURZE* 100g (MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, Podwieczorek: KANAPKA Z BUŁKI 30g Z MEX I SZYNKĄ Z INDYKA 30g * 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g (MLE, GOR), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (JAJ, MLE, SEL), Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2558.52 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10172.92 kJ; Białko ogółem: 135.76 g; Tłuszcz: 86.65 g; Węglowodany ogółem: 317.20 g; suma cukrów prostych: 73.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.33 g; Błonnik pokarmowy: 31.78 g; Sól: 8.98 g;		
czwartek 2024-06-06		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
KASZA KUKURDZIANA NA MLEKU* 150ml (MLE), CHLEB RAZOWY* 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (MLE, GOR, SO2), TWARÓŻEK* 70g (MLE), POMIDOR 60g, KALAFIOR GOTOWANY* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA KRUPNIK JĘCZMIENNY Z ZIEMNIAKAMI* 200ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (MLE), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLI 100g, MARCHEW W GLAZURZE* 100g (MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, Podwieczorek: KISIEL B/C* 150ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKOWA DĘBOWA DROBIOWA* 50g, SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (JAJ, MLE, SEL), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1793.96 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7391.27 kJ; Białko ogółem: 112.91 g; Tłuszcz: 53.39 g; Węglowodany ogółem: 222.76 g; suma cukrów prostych: 64.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.39 g; Błonnik pokarmowy: 28.49 g; Sól: 8.35 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-06-06		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (<i>ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g (<i>SEL</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g , KALAFIOR GOTOWANY* 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMNI* 400ml (<i>MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PIECZEŃ WP GOT* 80g , SOS JARZYNOWY B/ GLUTENOWY* 100ml (<i>SEL</i>), SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLI 100g , MARCHEW W GLAZURZE* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , Podwieczorek: KISIEL B/C* 150ml ,	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (<i>ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g (<i>MLE</i> , <i>GOR</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2435.11 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9630.82 kJ; Białko ogółem: 108.11 g; Tłuszcz: 88.67 g; Węglowodany ogółem: 310.96 g; suma cukrów prostych: 85.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.57 g; Błonnik pokarmowy: 32.16 g; Sól: 5.69 g;		
czwartek 2024-06-06		
Dieta: PAKOWATA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU MIX* 400ml (<i>MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), POMIDOR B/SKÓRY 60g , BUKIET WARZYW GOTOWANY* 60g (<i>SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt ,	ZUPA KRUPNIK JĘCZIENNY Z ZIEMNIANKAMI MIX* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PIECZEŃ RZYMSKA* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MARCHEW W GLAZURZE* 100g (<i>MLE</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , Podwieczorek: KISIEL B/C* 150ml ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT MIELONA* 70g (<i>MLE, GOR</i>), ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2283.44 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9024.01 kJ; Białko ogółem: 132.16 g; Tłuszcz: 67.92 g; Węglowodany ogółem: 296.06 g; suma cukrów prostych: 84.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.76 g; Błonnik pokarmowy: 36.44 g; Sól: 9.39 g;		
czwartek 2024-06-06		
Dieta: PŁYNNA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU PŁYNNA* 400ml (<i>JAJ, MLE</i>), SEREK NATURALNY HOM* 1szt (<i>MLE</i>), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>),	PŁYNNA OB* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml , JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), Podwieczorek: KISIEL B/C* 150ml ,	PŁYNNA KOL* 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2070.79 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8348.04 kJ; Białko ogółem: 116.71 g; Tłuszcz: 72.48 g; Węglowodany ogółem: 245.78 g; suma cukrów prostych: 75.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.21 g; Błonnik pokarmowy: 23.70 g; Sól: 3.59 g;		
czwartek 2024-06-06		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), POMIDOR 60g , KALAFIOR GOTOWANY* 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), II Śniadanie: SOK POMIDOROWY* 1szt ,	ZUPA KRUPNIK JĘCZIENNY Z ZIEMNIANKAMI* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MAKARON PEŁNOZIARNISTY* 200g (<i>GLU, JAJ, SOJ</i>), PIECZEŃ WP GOT* 80g , SAŁATKA Z BURAKA I JABŁKA Z OLI 100g , MARCHEW W GLAZURZE* 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , Podwieczorek: JABŁKO 150g ,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 90g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 70g (<i>MLE, GOR</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , SAŁATKA JARZYNOWA DIET* 120g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2686.42 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10722.41 kJ; Białko ogółem: 128.76 g; Tłuszcz: 76.22 g; Węglowodany ogółem: 379.32 g; suma cukrów prostych: 99.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.03 g; Błonnik pokarmowy: 46.30 g; Sól: 9.11 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-06-07		
Dieta: PODSTAWOWA		
PLĄTKI 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% 15g (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., PIERŚ GOTOWANA PREMIUM* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), SAŁATA MASŁOWA 10g, OGÓREK ŚWIEŻY 60g, MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml,	ZUPA GROCHOWA Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), RYBA FILET SMAŻONY (MIRUNA)* 110g (GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, SO2), SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY Z OL* 100g, SOS GRECKI PODSTAWA* 100g (GLU, SEL, GOR), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), SER ŻÓŁTY * 60g (MLE), RZODKIEW BIAŁA 80g, SAŁATA MASŁOWA 15g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: KRAKERSY 15g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/CIUK* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2568.07 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10783.91 kJ; Białko ogółem: 101.18 g; Tłuszcz: 91.10 g; Węglowodany ogółem: 356.18 g; suma cukrów prostych: 92.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.33 g; Błonnik pokarmowy: 37.10 g; Sól: 6.92 g;		
piątek 2024-06-07		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., PIERŚ GOTOWANA PREMIUM* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 60g, JABŁKO PRAŻONE* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml,	ZUPA KOPERKOWA Z RYŻEM* 400ml (MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SOS GRECKI DIETA* 100g (GLU, SEL), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g (SEL), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml, SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (GLU, MLE, SEL),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB GRAHAM* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), TWAROŻEK* 120g (MLE), POMIDOR * 80g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 15g, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/CIUK* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2228.20 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9373.90 kJ; Białko ogółem: 96.24 g; Tłuszcz: 67.09 g; Węglowodany ogółem: 327.99 g; suma cukrów prostych: 102.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.80 g; Błonnik pokarmowy: 31.29 g; Sól: 4.74 g;		
piątek 2024-06-07		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
PLĄTKI 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% 15g (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., PIERŚ GOTOWANA PREMIUM* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), OGÓREK ŚWIEŻY 60g, MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA KOPERKOWA Z RYŻEM* 400ml (MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g (SEL), SOS GRECKI DIETA* 100g (GLU, SEL), KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA B/C* 250g, Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), TWAROŻEK* 120g (MLE), RZODKIEW BIAŁA 80g, SAŁATA MASŁOWA 15g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO 82% 10g (MLE), SER ŻÓŁTY 20g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 15g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2370.32 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9964.40 kJ; Białko ogółem: 108.14 g; Tłuszcz: 79.23 g; Węglowodany ogółem: 325.85 g; suma cukrów prostych: 83.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.90 g; Błonnik pokarmowy: 34.72 g; Sól: 5.88 g;		
piątek 2024-06-07		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
PLĄTKI 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), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt., PIERŚ GOTOWANA PREMIUM* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), JABŁKO PRAŻONE* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml,	ZUPA KOPERKOWA Z RYŻEM* 400ml (MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g (SEL), SOS GRECKI DIETA* 100g (GLU, 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% 15g (MLE), TWAROŻEK* 120g (MLE), POMIDOR* 80g, SAŁATA MASŁOWA 15g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/CIUK* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2246.60 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9455.50 kJ; Białko ogółem: 95.20 g; Tłuszcz: 66.93 g; Węglowodany ogółem: 332.87 g; suma cukrów prostych: 103.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.78 g; Błonnik pokarmowy: 28.81 g; Sól: 4.74 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-06-07		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, PIERŚ GOTOWANA PREMIUM* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), MARCHEW KARB GOT Z ZIOL* 60g , JABŁKO PRAŻONE* 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml ,	ZUPA KOPERKOWA Z RYŻEM* 400ml (MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (GLU, MLE, SEL), SOS GRECKI B/KONC. POMIDOR. 100g (GLU, SEL), JABŁKO PIECZONE* 150g , KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), TWAROŻEK* 120g (MLE), POMIDOR B/SKÓRY 80g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2212.14 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9320.38 kJ; Białko ogółem: 100.51 g; Tłuszcz: 60.35 g; Węglowodany ogółem: 331.88 g; suma cukrów prostych: 98.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.16 g; Błonnik pokarmowy: 25.65 g; Sól: 4.64 g;		
piątek 2024-06-07		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt, PIERŚ GOTOWANA PREMIUM* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), JABŁKO PRAŻONE* 60g , MARCHEW KARB GOT Z ZIOL* 60g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: BISZKOPTY B/CUKRU* 20g (GLU, JAJ, ORZ),	ZUPA KOPERKOWA Z RYŻEM* 400ml (MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (GLU, MLE, SEL), SOS GRECKI B/KONC. POMIDOR. 100g (GLU, SEL), JABŁKO PIECZONE* 150g , KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml , Podwieczorek: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 10g (MLE), TWAROŻEK* 120g (MLE), POMIDOR B/SKÓRY 80g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2275.84 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9588.68 kJ; Białko ogółem: 104.24 g; Tłuszcz: 62.26 g; Węglowodany ogółem: 339.29 g; suma cukrów prostych: 116.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.78 g; Błonnik pokarmowy: 25.23 g; Sól: 4.48 g;		
piątek 2024-06-07		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , PIERŚ GOTOWANA PREMIUM* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 60g , JABŁKO PRAŻONE* 60g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: BUDYŃ* 150ml (MLE),	ZUPA KOPERKOWA Z RYŻEM* 400ml (MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (GLU, MLE, SEL), SOS GRECKI DIETA* 100g (GLU, SEL), SURÓWKA WARZYWNA Z JOG* 100g (MLE, SEL), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 60g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (MLE), POMIDOR * 80g , SAŁATA MASŁOWA 15g , SZYNKA ZINDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, M.EX, POŁĘDWICY SOP. DROB. 20G* 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2450.44 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10317.69 kJ; Białko ogółem: 99.07 g; Tłuszcz: 72.85 g; Węglowodany ogółem: 366.82 g; suma cukrów prostych: 104.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.79 g; Błonnik pokarmowy: 29.37 g; Sól: 7.62 g;		
piątek 2024-06-07		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 150ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25 g/op. 2szt , PIERŚ GOTOWANA PREMIUM* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 60g , JABŁKO PRAŻONE* 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml ,	ZUPA KOPERKOWA Z RYŻEM* 200ml (MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (MLE), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SOS Z NATKĄ PIETR* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA WARZYWNA Z OLI 100g (SEL), SOS GRECKI DIETA* 100g (GLU, SEL), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml , Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB RAZOWY * 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), TWAROŻEK* 120g (MLE), POMIDOR * 80g , SAŁATA MASŁOWA 15g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/ CUK* 1szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1713.11 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7209.28 kJ; Białko ogółem: 83.03 g; Tłuszcz: 50.93 g; Węglowodany ogółem: 244.87 g; suma cukrów prostych: 99.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.89 g; Błonnik pokarmowy: 23.47 g; Sól: 3.64 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-06-07		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
RYŻNA MLEKU* 350ml (MLE), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25g/op. 2szt, PIERŚ GOTOWANA PREMIUM* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 60g, JABŁKO PRAŻONE* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: KISIEL* 150ml,	ZUPA RYŻOWA* 400ml (MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SOS GRECKI DIETA* 100g (GLU, SEL), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g (SEL), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	CHLEB B/GLUTENOWY* 120g (ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), TWAROŻEK* 120g (MLE), POMIDOR * 80g, SAŁATA MASŁOWA 15g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/CIUK* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2301.85 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9663.01 kJ; Białko ogółem: 83.67 g; Tłuszcz: 73.47 g; Węglowodany ogółem: 337.25 g; suma cukrów prostych: 119.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.64 g; Błonnik pokarmowy: 27.19 g; Sól: 4.74 g;		
piątek 2024-06-07		
Dieta: PAPKOWATA		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25g/op. 2szt, PIERŚ GOTOWANA PREMIUM MIELONA* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), JABŁKO PRAŻONE* 60g, MARCHEW KARB GOTZ ZIOŁ* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),	ZUPA KOPERKOWA Z RYŻEM* 400ml (MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), PULPET RYBNY * 100g (GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS ZNATKĄ PIETR* 100ml (GLU, MLE, SEL), SOS GRECKI B/KONC. POMIDOR. 100g (GLU, SEL), JABŁKO PIECZONE* 150g, KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, Podwieczorek: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), TWAROŻEK* 120g (MLE), POMIDOR B/SKÓRY 80g, ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/CIUK* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2306.30 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9710.34 kJ; Białko ogółem: 111.38 g; Tłuszcz: 63.29 g; Węglowodany ogółem: 338.85 g; suma cukrów prostych: 130.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.11 g; Błonnik pokarmowy: 27.72 g; Sól: 4.01 g;		
piątek 2024-06-07		
Dieta: PŁYNNA		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU PŁYNNA* 400ml (GLU, JAJ, MLE), JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA PŁYNNA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	PŁYNNA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, KISIEL* 150ml, Podwieczorek: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	PŁYNNA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), BUDYŃ* 150ml (MLE), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/CIUK* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2013.15 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8463.18 kJ; Białko ogółem: 97.48 g; Tłuszcz: 67.36 g; Węglowodany ogółem: 262.19 g; suma cukrów prostych: 92.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.48 g; Błonnik pokarmowy: 22.32 g; Sól: 2.52 g;		
piątek 2024-06-07		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25g/op. 2szt, PIERŚ GOTOWANA PREMIUM* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), MARCHEW ŚW. W PLASTRACH 60g, OGÓREK ŚWIEŻY 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, II Śniadanie: KISIEL Z TARTYM JABŁKIEM Z CUKR* 150ml,	ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml (GLU, MLE, SEL), RYŻ BRAZOWY NA SYPKO * 200g, RYBA FILET PIECZONY (MIRUNA)* 80g (GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g (SEL), SOS GRECKI DIETA* 100g (GLU, SEL), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, SOS ZNATKĄ PIETR* 100ml (GLU, MLE, SEL), Podwieczorek: SURÓWKA COLESŁAW Z JOG* 130g (JAJ, MLE, GOR),	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), TWAROŻEK* 120g (MLE), POMIDOR * 80g, SAŁATA MASŁOWA 15g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/CIUK* 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2548.29 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10733.54 kJ; Białko ogółem: 103.25 g; Tłuszcz: 66.12 g; Węglowodany ogółem: 408.77 g; suma cukrów prostych: 115.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.63 g; Błonnik pokarmowy: 42.80 g; Sól: 5.50 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-06-08		
Dieta: PODSTAWOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIE* 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>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml ,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), GULASZ DROBIOWY Z NATKĄ PIETR* 180g (<i>GLU</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), JABŁKO 150g , KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250g ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIE* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), OGÓREK KISZONY* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2395.89 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10071.68 kJ; Białko ogółem: 100.35 g; Tłuszcz: 73.41 g; Węglowodany ogółem: 348.10 g; suma cukrów prostych: 76.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.34 g; Błonnik pokarmowy: 31.36 g; Sól: 8.92 g;		
sobota 2024-06-08		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
KASZA MANNA 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>), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml , SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), GULASZ DROBIOWY Z NATKĄ PIETR* 180g (<i>GLU</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), JABŁKO 150g , KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250g ,	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% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOLAMI* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2440.87 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10253.76 kJ; Białko ogółem: 103.12 g; Tłuszcz: 80.64 g; Węglowodany ogółem: 340.74 g; suma cukrów prostych: 75.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.68 g; Błonnik pokarmowy: 32.28 g; Sól: 7.41 g;		
sobota 2024-06-08		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB PSZENNO ŻYTNIE* 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>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml , II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), GULASZ DROBIOWY Z NATKĄ PIETR* 180g (<i>GLU</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), JABŁKO 150g , KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C* 250g , Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIE* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), OGÓREK KISZONY* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZOWEGO, MEX, SAŁ Z SZYMKOWĄ Z INDYKĄ 20G* 1Por (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2508.81 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10543.96 kJ; Białko ogółem: 107.35 g; Tłuszcz: 78.84 g; Węglowodany ogółem: 358.65 g; suma cukrów prostych: 62.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.74 g; Błonnik pokarmowy: 33.93 g; Sól: 10.26 g;		
sobota 2024-06-08		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt , SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml ,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), GULASZ DROBIOWY Z NATKĄ PIETR* 180g (<i>GLU</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), JABŁKO 150g , KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250g ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), SZYMKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOLAMI* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , Posiłek nocny: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2546.95 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10718.10 kJ; Białko ogółem: 93.49 g; Tłuszcz: 73.68 g; Węglowodany ogółem: 391.48 g; suma cukrów prostych: 80.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.65 g; Błonnik pokarmowy: 29.81 g; Sól: 7.17 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-06-08		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), POLĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt , WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), POMIDOR B/SKÓRY 60g , HERBATA B/CUKRU* 250ml ,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), GULASZ DROBIOWY Z NATKĄ PIETR* 180g (<i>GLU</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250g ,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2528.46 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10648.81 kJ; Białko ogółem: 94.43 g; Tłuszcz: 71.06 g; Węglowodany ogółem: 390.65 g; suma cukrów prostych: 77.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.75 g; Błonnik pokarmowy: 27.01 g; Sól: 7.26 g;		
sobota 2024-06-08		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g (<i>SEL</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt , WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), POMIDOR B/SKÓRY 60g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 200ml (<i>MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), KLOPSIK DROBIOWY GOT DIETA* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY* 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (<i>GLU</i>), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250g , DYNIA DUSZONA* 100g (<i>GLU</i>), Podwieczorek: GALARETKA OWOCOWA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SCHAB GOT B/SOLI* 70g , CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2363.84 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9955.75 kJ; Białko ogółem: 104.06 g; Tłuszcz: 70.41 g; Węglowodany ogółem: 340.46 g; suma cukrów prostych: 86.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.00 g; Błonnik pokarmowy: 24.13 g; Sól: 4.15 g;		
sobota 2024-06-08		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA		
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>), POLĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), HERBATA B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (<i>GLU</i>), GULASZ DROBIOWY Z NATKĄ PIETR* 180g (<i>GLU</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), JABŁKO 150g , KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250g , Podwieczorek: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z BUŁKI 50G, SAŁ, M.EX, SZYNKI Z INDYKA 20G* 1Pα (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2671.95 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11230.42 kJ; Białko ogółem: 112.51 g; Tłuszcz: 87.59 g; Węglowodany ogółem: 373.55 g; suma cukrów prostych: 83.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.54 g; Błonnik pokarmowy: 31.64 g; Sól: 8.94 g;		
sobota 2024-06-08		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
KASZA MANNA NA MLEKU* 150ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), POLĘDWICA SOP DROB* 50g (<i>SOJ</i>), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (<i>JAJ</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , WARZYWA GOTOWANE* 60g (<i>SEL</i>), HERBATA B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 200ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 100g (<i>GLU</i>), GULASZ DROBIOWY Z NATKĄ PIETR* 180g (<i>GLU</i>), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (<i>MLE</i>), JABŁKO 100g , KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250g , Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), SZYNKOWA WP* 50g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: BUDYŃ* 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1729.88 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7274.64 kJ; Białko ogółem: 85.69 g; Tłuszcz: 52.44 g; Węglowodany ogółem: 239.32 g; suma cukrów prostych: 70.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.93 g; Błonnik pokarmowy: 22.67 g; Sól: 5.83 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-06-08 Dieta: BEZGLUTENOWA		
KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350ml (MLE), PIECZYWO B/GLUTENOWE* 100g (ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), POMIDOR 60g , WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMN B/ GLUTENU* 400ml (MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), GULASZ DROBIOWY B/GLUTENU* 180g , BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (MLE), JABŁKO 150g , KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250g , Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g ,	PIECZYWO B/GLUTENOWE* 120g (ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: BUDYŃ* 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2361.66 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9540.39 kJ; Białko ogółem: 89.86 g; Tłuszcz: 84.06 g; Węglowodany ogółem: 318.61 g; suma cukrów prostych: 94.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.27 g; Błonnik pokarmowy: 28.46 g; Sól: 7.71 g;		
sobota 2024-06-08 Dieta: PAKOWATA		
KASZA MANNA NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB MIEL* 60g (SOJ), PASTA JAJECZNA* 60g (JAJ, MLE), POMIDOR B/SKÓRY 60g , WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMN MIX* 400ml (GLU, MLE, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), KLOPSIK DROBIOWY GOTDIETA* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), BURACZKI OPRÓSZANE* 100g (GLU), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250g , Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g ,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKOWA WP MIELONA* 70g (MLE, GOR, SO2), ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: BUDYŃ* 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2320.30 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9756.31 kJ; Białko ogółem: 111.75 g; Tłuszcz: 74.09 g; Węglowodany ogółem: 314.60 g; suma cukrów prostych: 91.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.34 g; Błonnik pokarmowy: 27.72 g; Sól: 7.08 g;		
sobota 2024-06-08 Dieta: PŁYNNA		
KASZA MANNA NA MLEKU PLYNNA* 400ml (GLU, JAJ, MLE), HERBATA B/CUKRU* 250ml , GALARETKA OWOCOWA PLYNNA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ), II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 150ml (MLE),	PŁYNNA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250g , KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), Podwieczorek: KISIEL* 150ml ,	PŁYNNA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM B/ CUK* 200ml (GLU, MLE), HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: SOK JABŁKOWY* 200ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2078.26 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8741.95 kJ; Białko ogółem: 92.44 g; Tłuszcz: 65.91 g; Węglowodany ogółem: 287.72 g; suma cukrów prostych: 96.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.14 g; Błonnik pokarmowy: 24.41 g; Sól: 2.25 g;		
sobota 2024-06-08 Dieta: BOGATORESZTKOWA		
KASZA MANNA NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), POŁĘDWICA SOP DROB* 50g (SOJ), JAJKO KURZE GOTOWANE 1szt (JAJ), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), HERBATA B/CUKRU* 250ml , II Śniadanie: BROKUŁY GOTOWANE * 100g ,	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMN* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), GULASZ DROBIOWY Z NATKĄ PIETR* 180g (GLU), BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI* 100g (MLE), JABŁKO 150g , KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM Z C* 250g , Podwieczorek: KISIEL Z TARTYM JABŁKIEM B/CUKRU* 150ml ,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g , SZYNKOWA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , HERBATA GRAN ZCYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ50G , M.EX.SAŁ Z SZYNKA Z INDYKA 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2579.34 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10839.94 kJ; Białko ogółem: 106.40 g; Tłuszcz: 80.15 g; Węglowodany ogółem: 376.22 g; suma cukrów prostych: 71.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.10 g; Błonnik pokarmowy: 38.02 g; Sól: 8.76 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-06-09		
Dieta: PODSTAWOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE 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>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, TWAROŻEK*/ 100g (<i>MLE</i>), BROKUŁY GOTOWANE 60g, RZODKIEWKA 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDKO PIECZONE * 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), MARCHEW Z GROSZKIEM* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml, SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁKUK ZJOG/ 100g (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), POMIDOR 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2399.37 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10079.04 kJ; Białko ogółem: 128.66 g; Tłuszcz: 80.44 g; Węglowodany ogółem: 305.46 g; suma cukrów prostych: 69.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.29 g; Błonnik pokarmowy: 29.61 g; Sól: 6.61 g;		
niedziela 2024-06-09		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
PŁATKI JĘCZMIENNE 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>), TWAROŻEK*/ 100g (<i>MLE</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, BROKUŁY GOTOWANE 60g, RZODKIEWKA 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDKO GOTOWANE* 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁKUK ZJOG/ 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/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% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), POMIDOR 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2435.39 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10228.33 kJ; Białko ogółem: 130.85 g; Tłuszcz: 84.02 g; Węglowodany ogółem: 304.29 g; suma cukrów prostych: 70.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.29 g; Błonnik pokarmowy: 29.77 g; Sól: 6.47 g;		
niedziela 2024-06-09		
Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
PŁATKI JĘCZMIENNE 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>), POWIDŁA JABŁKOWE* 50g, TWAROŻEK*/ 100g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, BROKUŁY GOTOWANE 60g, RZODKIEWKA 20g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDKO GOTOWANE* 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁKUK ZJOG/ 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml, Podwieczorek: JABŁKO 150g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), POMIDOR 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: CHLEB RAZOWY * 50g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 5g (<i>MLE</i>), SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 20g (<i>MLE, GOR</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2501.44 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10439.58 kJ; Białko ogółem: 127.91 g; Tłuszcz: 82.34 g; Węglowodany ogółem: 329.76 g; suma cukrów prostych: 69.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.41 g; Błonnik pokarmowy: 35.81 g; Sól: 7.10 g;		
niedziela 2024-06-09		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
PŁATKI JĘCZMIENNE 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>), TWAROŻEK*/ 100g (<i>MLE</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, BROKUŁY GOTOWANE 60g, RZODKIEWKA 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDKO GOTOWANE* 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁKUK ZJOG/ 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CUK 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 40g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), POMIDOR 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2453.79 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10309.93 kJ; Białko ogółem: 129.81 g; Tłuszcz: 83.86 g; Węglowodany ogółem: 309.17 g; suma cukrów prostych: 70.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.26 g; Błonnik pokarmowy: 27.29 g; Sól: 6.47 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-06-09		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, TWAROŻEK*/100g (<i>MLE</i>), BUKIET JARZYN GOTOWANY* 60g (<i>SEL</i>), BROKUŁY GOTOWANE BŁODYGI 60g, HERBATA OWOCOWA ZHIBISKUSEM B/C* 250ml,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDKO GOTOWANE* 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2487.14 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10453.28 kJ; Białko ogółem: 132.92 g; Tłuszcz: 80.45 g; Węglowodany ogółem: 323.36 g; suma cukrów prostych: 79.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.56 g; Błonnik pokarmowy: 29.53 g; Sól: 6.94 g;		
niedziela 2024-06-09		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA WP GOTB/SOLI* 50g, TWAROŻEK*/ 100g (<i>MLE</i>), BUKIET JARZYN GOTOWANY* 60g (<i>SEL</i>), JABŁKO PRAŻONE* 60g, HERBATA OWOCOWA ZHIBISKUSEM B/C* 250ml, II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), SOS WŁASNY 100ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml, Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (<i>MLE</i>), SCHAB GOT B/SOLI * 70g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, BURACZKI Z JABŁKIEM * 70g, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2441.50 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10282.81 kJ; Białko ogółem: 139.62 g; Tłuszcz: 69.46 g; Węglowodany ogółem: 329.47 g; suma cukrów prostych: 75.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.12 g; Błonnik pokarmowy: 29.08 g; Sól: 5.16 g;		
niedziela 2024-06-09		
Dieta: BOGATOBIĄŁKOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE 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>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, TWAROŻEK*/100g (<i>MLE</i>), BROKUŁY GOTOWANE 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, RZODKIEWKA 20g, HERBATA OWOCOWA ZHIBISKUSEM B/C* 250ml, II Śniadanie: BUDYŃ B/C* 150ml (<i>MLE</i>),	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), UDKO GOTOWANE* 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (<i>GLU, MLE</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ, KUK Z JOG/ 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml, Podwieczorek: JABŁKO PIECZONE Z SEREM* 150g (<i>MLE</i>),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i>), CHLEB RAZOWY* 60g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (<i>MLE</i>), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), POMIDOR 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2636.09 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11076.33 kJ; Białko ogółem: 138.48 g; Tłuszcz: 86.09 g; Węglowodany ogółem: 343.02 g; suma cukrów prostych: 96.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.02 g; Błonnik pokarmowy: 31.51 g; Sól: 6.73 g;		
niedziela 2024-06-09		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 150ml (<i>GLU, MLE</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), TWAROŻEK* 70g (<i>MLE</i>), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, BROKUŁY GOTOWANE 60g, RZODKIEWKA 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA ZHIBISKUSEM B/C* 250ml, II Śniadanie: KISIEL Z TARTYM JABŁKIEM B/CIUKRU* 150ml,	ROSÓŁ Z MAKARONEM* 200ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (<i>MLE</i>), UDKO GOTOWANE* 160g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), MARCHEW GOTOWANA * 100g (<i>MLE</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁ, KUK Z JOG/ 100g (<i>MLE</i>), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml, Podwieczorek: JABŁKO 150g,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), CHLEB RAZOWY * 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), POMIDOR 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 60g (<i>MLE, GOR, SO2</i>), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (<i>GLU, MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1817.91 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7627.55 kJ; Białko ogółem: 102.09 g; Tłuszcz: 65.29 g; Węglowodany ogółem: 217.98 g; suma cukrów prostych: 76.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.83 g; Błonnik pokarmowy: 24.32 g; Sól: 4.48 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-06-09		
Dieta: BEZGLUTENOWA		
RYŻNA MLEKU* 350ml (MLE), PIECZYWO B/GLUTENOWE* 100g (ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, TWAROŻEK*/ 100g (MLE), BROKUŁY GOTOWANE 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, RZODKIEWKA 20g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, II Śniadanie: KISIEL* 150ml,	ROSÓŁ Z MAKARONEM BEZGLUTEN* 400ml (JAJ, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), UDKO GOTOWANE* 160g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), MARCHEW GOTOWANA* 100g (MLE), SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁKUK Z JOG/ 100g (MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml, Podwieczorek: JABŁKO 150g,	PIECZYWO B/GLUTENOWE* 120g (ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), POMIDOR 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY* 10g (SEZ),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2424.39 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10160.07 kJ; Białko ogółem: 111.32 g; Tłuszcz: 85.90 g; Węglowodany ogółem: 309.64 g; suma cukrów prostych: 96.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.76 g; Błonnik pokarmowy: 27.14 g; Sól: 5.70 g;		
niedziela 2024-06-09		
Dieta: PAKOWATA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU MIX* 400ml (GLU, MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), TWAROŻEK*/ 100g (MLE), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, SAŁATA MASŁOWA 10g, BROKUŁY PUREE* 60g, BUKIET JARZYN GOTOWANY* 60g (SEL), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ROSÓŁ Z MAKARONEM MIX* 400ml (GLU, JAJ, SEL), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY 100ml (GLU, MLE, SEL), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (GLU, MLE), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml, Podwieczorek: BISZKOPTY B/CIUKRU* 20g (GLU, JAJ, ORZ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), POŁĘDWICA SOPOCKA WP MIELONA* 70g (MLE, GOR, SO2), ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml (GLU, MLE, SEL), BURACZKI Z JABŁKIEM* 70g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2217.61 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9329.27 kJ; Białko ogółem: 117.67 g; Tłuszcz: 61.36 g; Węglowodany ogółem: 314.84 g; suma cukrów prostych: 90.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.47 g; Błonnik pokarmowy: 31.58 g; Sól: 5.93 g;		
niedziela 2024-06-09		
Dieta: PŁYNNA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU PŁYNNA* 400ml (GLU, JAJ, MLE), KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, II Śniadanie: GALARETKA OWOCOWA PŁYNNA* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	PŁYNNA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml, KISIEL* 150ml, Podwieczorek: SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE),	PŁYNNA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), RYŻ Z JABŁKIEM* 200g (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2097.63 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8816.63 kJ; Białko ogółem: 110.72 g; Tłuszcz: 70.25 g; Węglowodany ogółem: 265.94 g; suma cukrów prostych: 60.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.64 g; Błonnik pokarmowy: 27.59 g; Sól: 3.83 g;		
niedziela 2024-06-09		
Dieta: BOGATORESZTKOWA		
PŁATKI JĘCZMIENNE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), TWAROŻEK*/ 100g (MLE), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, BUKIET JARZYN GOTOWANY* 60g (SEL), SAŁATA MASŁOWA 10g, RZODKIEWKA 20g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ROSÓŁ Z MAKARONEM PEŁNOZIARNISTYM* 400ml (GLU, JAJ, SOJ, SEL), RYŻ BRAZOWY NA SYPKO* 200g, UDKO GOTOWANE* 160g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), MARCHEW OPRÓSZANA* 100g (GLU, MLE), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI Z HIBIS B/CIUK 250ml, SURÓWKA Z KAP PEK, MARCH, JABŁKUK Z JOG/ 100g (MLE), Podwieczorek: BROKUŁY GOTOWANE 150g,	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB RAZOWY* 90g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), SURÓWKA WARZYWNA Z OGÓRKIEM KISZ Z OLEJEM* 130g (SEL), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 15g, POŁĘDWICA SOPOCKA WP* 70g (MLE, GOR, SO2), Posiłek nocny: JOGURT NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), PODPŁOMYKI 1 SZT 1szt (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2817.39 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11838.90 kJ; Białko ogółem: 140.17 g; Tłuszcz: 88.91 g; Węglowodany ogółem: 385.32 g; suma cukrów prostych: 84.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.34 g; Błonnik pokarmowy: 49.28 g; Sól: 7.58 g;		

Dietetyk