

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-05-03</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
RYŻ NA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, SER ŻÓŁTY 20g ( <b>MLE</b> ), POMIDOR 60g, RUKOLA* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, CIASTO PIASKOWE 50g,	ZUPA NEAPOLITAŃSKA Z MAKARONEM* 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( <b>MLE</b> ), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUKUR ZOLEJEM*/ 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, POMARAŃCZA 0.5szt,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml  <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2275.34 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9435.28 kJ; Białko ogółem: 103.01 g; Tłuszcz: 67.74 g; Węglowodany ogółem: 322.86 g; suma cukrów prostych: 59.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.58 g; Błonnik pokarmowy: 26.29 g; Sól: 8.13 g;		
<b>piątek 2024-05-03</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA BEZ MLEKA</b>		
RYŻ NA WYWARZE JARZ 350ml ( <b>MLE, SEL</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g ( <b>SEL</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, RUKOLA* 15g, CIASTO PIASKOWE 50g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml,	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMNIA* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( <b>MLE</b> ), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUKUR ZOLEJEM*/ 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, POMARAŃCZA 0.5szt,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>Posiłek nocny:</b> SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/ CUK* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2363.58 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9934.66 kJ; Białko ogółem: 91.72 g; Tłuszcz: 68.92 g; Węglowodany ogółem: 358.09 g; suma cukrów prostych: 60.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.08 g; Błonnik pokarmowy: 31.81 g; Sól: 7.74 g;		
<b>piątek 2024-05-03</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
RYŻ NA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), CHLEB GRAHAM* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, TWAROŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), RUKOLA* 15g, POMIDOR 60g, CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml,	ZUPA NEAPOLITAŃSKA Z MAKARONEM* 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( <b>MLE</b> ), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUKUR ZOLEJEM*/ 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, POMARAŃCZA 0.5szt,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB GRAHAM* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2303.01 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9545.95 kJ; Białko ogółem: 110.92 g; Tłuszcz: 73.35 g; Węglowodany ogółem: 308.18 g; suma cukrów prostych: 66.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.37 g; Błonnik pokarmowy: 24.37 g; Sól: 7.17 g;		
<b>piątek 2024-05-03</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTR. BEZ MLEKA</b>		
RYŻ NA WYWARZE JARZ 350ml ( <b>MLE, SEL</b> ), CHLEB GRAHAM* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g ( <b>SEL</b> ), POMIDOR 60g, CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), RUKOLA* 15g,	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMNIA* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( <b>MLE</b> ), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUKUR ZOLEJEM*/ 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, POMARAŃCZA 0.5szt,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, CHLEB GRAHAM* 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/ CUK* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2222.68 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9329.16 kJ; Białko ogółem: 89.16 g; Tłuszcz: 73.99 g; Węglowodany ogółem: 312.48 g; suma cukrów prostych: 64.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.32 g; Błonnik pokarmowy: 28.99 g; Sól: 6.67 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-05-03      Dieta: ŁATWOSTR. POŁOŻNICZA		
RYŻNA MLEKU* 350ml (MLE), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 20g (MLE), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, JABŁKO PRAŻONE* 60g, TWAROŻEK* 70g (MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, MARCHEW KARB GOT Z ZIOL* 60g, <b>II Śniadanie:</b> CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (GLU, JAJ, MLE),	ZUPA NEAPOLITAŃSKA Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU, MLE), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, BANAN 1szt,	BUŁKA PSZENNA KROJ* 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 20g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, CUKINIA PAROWANA Z ZIOLAMI* 80g, <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2579.27 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10717.00 kJ; Białko ogółem: 112.29 g; Tłuszcz: 80.07 g; Węglowodany ogółem: 360.78 g; suma cukrów prostych: 103.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.85 g; Błonnik pokarmowy: 22.97 g; Sól: 7.32 g;		
piątek 2024-05-03      Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.		
RYŻNA MLEKU* 350ml (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 WP. Z KOTŁA* 50g, TWAROŻEK* 70g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, POMIDOR 60g, RUKOLA* 15g, <b>II Śniadanie:</b> CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (GLU, JAJ, MLE),	ZUPA NEAPOLITAŃSKA Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUKUR ZOLEJEM*/ 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, POMARAŃCZA 0.5szt, <b>Podwieczorek:</b> KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOLAMI* 80g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZOWY, M.EX, SAŁ I SZYNKĄ DĘB 20G* 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2387.74 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9903.96 kJ; Białko ogółem: 115.41 g; Tłuszcz: 74.31 g; Węglowodany ogółem: 323.72 g; suma cukrów prostych: 59.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.04 g; Błonnik pokarmowy: 25.52 g; Sól: 8.36 g;		
piątek 2024-05-03      Dieta: Z OGR.Ł/PRZYSW.WĘGL.B/S		
RYŻNA MLEKU* 350ml (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), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g (SEL), TWAROŻEK* 70g (MLE), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, RUKOLA* 15g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (GLU, JAJ, MLE),	ZUPA NEAPOLITAŃSKA Z MAKARONEM* 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (MLE), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUKUR ZOLEJEM*/ 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, POMARAŃCZA 0.5szt, <b>Podwieczorek:</b> JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	CUKINIA PAROWANA Z ZIOLAMI* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 15g (MLE), SCHAB GOT B/SOLI* 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), SOK POMIDOROWY* 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2371.36 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9834.69 kJ; Białko ogółem: 126.81 g; Tłuszcz: 76.23 g; Węglowodany ogółem: 305.87 g; suma cukrów prostych: 66.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.62 g; Błonnik pokarmowy: 28.50 g; Sól: 5.31 g;		
piątek 2024-05-03      Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL. 1500		
RYŻNA MLEKU* 200ml (MLE), CHLEB RAZOWY* 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, TWAROŻEK* 50g (MLE), POMIDOR 60g, RUKOLA* 15g, <b>II Śniadanie:</b> CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (GLU, JAJ, MLE),	ZUPA NEAPOLITAŃSKA Z MAKARONEM* 200ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g (MLE), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUKUR ZOLEJEM*/ 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250ml, POMARAŃCZA 0.5szt, <b>Podwieczorek:</b> JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), CHLEB RAZOWY* 30g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 10g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 50g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOLAMI* 80g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1647.14 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6849.72 kJ; Białko ogółem: 90.93 g; Tłuszcz: 53.46 g; Węglowodany ogółem: 206.68 g; suma cukrów prostych: 53.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.01 g; Błonnik pokarmowy: 17.52 g; Sól: 5.67 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-05-03		
Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL1500B/ML		
RYŻ NA WYWARZE JARZ* 200ml ( <i>MLE, SEL</i> ), CHLEB RAZOWY * 30g ( <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% 10g ( <i>MLE</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g ( <i>SEL</i> ), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , RUKOLA* 15g , II Śniadanie: CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ),	ZUPA NEAPOLITAŃSKA Z MAKARONEM* 200ml ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g ( <i>MLE</i> ), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g ( <i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i> ), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUKUR ZOLEJEM*/ 100g , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml , POMARAŃCZA 0.5szt, <b>Podwieczorek:</b> KISIEL B/C* 150ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 30g ( <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 10g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g ( <i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1625.52 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6751.65 kJ; Białko ogółem: 79.14 g; Tłuszcz: 53.40 g; Węglowodany ogółem: 216.66 g; suma cukrów prostych: 43.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.38 g; Błonnik pokarmowy: 24.87 g; Sól: 7.21 g;		
piątek 2024-05-03		
Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL. B/ML		
RYŻ NA WYWARZE JARZ 350ml ( <i>MLE, SEL</i> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g ( <i>SEL</i> ), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , POMIDOR 60g , RUKOLA* 15g , II Śniadanie: CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 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 WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUKUR Z OLEJEM*/ 100g , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml , POMARAŃCZA 0.5szt, <b>Podwieczorek:</b> KISIEL B/C* 150ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g ( <i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2150.30 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9027.57 kJ; Białko ogółem: 88.57 g; Tłuszcz: 70.19 g; Węglowodany ogółem: 304.91 g; suma cukrów prostych: 49.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.31 g; Błonnik pokarmowy: 32.01 g; Sól: 8.17 g;		
piątek 2024-05-03		
Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGLNISKOTŁ		
RYŻ NA MLEKU* 350ml ( <i>MLE</i> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g , TWAROŻEK* 70g ( <i>MLE</i> ), POWIDŁA JABŁKOWE* 70g , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , II Śniadanie: CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 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 WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SZPINAK GOTOWANY* 100g ( <i>GLU, MLE</i> ), JABŁKO PIECZONE* 150g , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ</i> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g ( <i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2300.19 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9677.64 kJ; Białko ogółem: 113.01 g; Tłuszcz: 60.51 g; Węglowodany ogółem: 337.82 g; suma cukrów prostych: 78.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.24 g; Błonnik pokarmowy: 28.26 g; Sól: 7.77 g;		
piątek 2024-05-03		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
RYŻ NA MLEKU* 350ml ( <i>MLE</i> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 60g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g , TWAROŻEK* 70g ( <i>MLE</i> ), RUKOLA* 15g , POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ),	ZUPA NEAPOLITAŃSKA Z MAKARONEM* 400ml ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( <i>MLE</i> ), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g ( <i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUKUR ZOLEJEM*/ 100g , KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , POMARAŃCZA 0.5szt,	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% t 15g ( <i>MLE</i> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g ( <i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2321.41 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9627.55 kJ; Białko ogółem: 109.88 g; Tłuszcz: 73.19 g; Węglowodany ogółem: 313.06 g; suma cukrów prostych: 66.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.34 g; Błonnik pokarmowy: 21.89 g; Sól: 7.17 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-05-03		
Dieta: O KONT.ZAW.KW.TŁ B/M		
RYŻ NA WYWARZE JARZ 350ml ( MLE, SEL), CHLEB RAZOWY * 40g ( GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g ( GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g (SEL), RUKOLA* 15g, POMIDOR 60g, CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (GLU, JAJ, MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml,	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml ( GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( MLE), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g ( GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUKURZ OLEJEM*/ 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB ZCUK* 250ml, POMARAŃCZA 0.5szt,	CHLEB RAZOWY * 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g (MLE), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/CIUK* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2241.08 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9410.76 kJ; Białko ogółem: 88.12 g; Tłuszcz: 73.83 g; Węglowodany ogółem: 317.36 g; suma cukrów prostych: 64.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.29 g; Błonnik pokarmowy: 26.51 g; Sól: 6.67 g;		
piątek 2024-05-03		
Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.		
RYŻ NA MLEKU* 350ml (MLE), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, TWAROŻEK* 70g (MLE), JABŁKO PRAŻONE* 60g, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (GLU, JAJ, MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml,	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml ( GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( MLE), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g ( GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU, MLE), JABŁKO PIECZONE* 150g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB ZCUK* 250ml,	BUŁKA PSZENNNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (MLE), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2319.72 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9762.93 kJ; Białko ogółem: 108.20 g; Tłuszcz: 63.57 g; Węglowodany ogółem: 338.78 g; suma cukrów prostych: 79.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.19 g; Błonnik pokarmowy: 23.40 g; Sól: 7.35 g;		
piątek 2024-05-03		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA BEZ TŁ		
RYŻ NA MLEKU* 350ml (MLE), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, TWAROŻEK* 70g (MLE), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, JABŁKO PRAŻONE* 60g, CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (GLU, JAJ, MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml,	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml ( GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( MLE), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g ( GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU, MLE), JABŁKO PIECZONE* 150g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB ZCUK* 250ml,	BUŁKA PSZENNNA KROJ * 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ), KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2172.62 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9158.13 kJ; Białko ogółem: 108.10 g; Tłuszcz: 47.32 g; Węglowodany ogółem: 338.67 g; suma cukrów prostych: 79.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.60 g; Błonnik pokarmowy: 23.40 g; Sól: 7.32 g;		
piątek 2024-05-03		
Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ		
RYŻ NA MLEKU* 350ml (MLE), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 10g (MLE), PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g (SEL), TWAROŻEK* 70g (MLE), JABŁKO PRAŻONE* 60g, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> CIASTO DROŻDŻOWE* 50g (GLU, JAJ, MLE),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 400ml ( GLU, MLE, SEL), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( MLE), PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g ( GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SZPINAK GOTOWANY* 100g (GLU, MLE), JABŁKO PIECZONE* 150g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB ZCUK* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g (MLE), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, SCHAB GOT B/SOLI * 70g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> MIÓD JEDN 25g/op. 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2486.37 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10463.09 kJ; Białko ogółem: 115.38 g; Tłuszcz: 74.06 g; Węglowodany ogółem: 351.56 g; suma cukrów prostych: 79.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.58 g; Błonnik pokarmowy: 25.05 g; Sól: 4.05 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-05-03</b>		
<b>Dieta: UBOGOENERGETYCZNA 1000</b>		
CHLEB RAZOWY * 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA * 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA WP. Z KOTŁA * 30g, TWAROŻEK * 50g ( <b>MLE</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU * 250ml, POMIDOR 60g, CIASTO DROŻDŻOWE * 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), RUKOLA * 15g,	ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM * 100g ( <b>MLE</b> ), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY * 80g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</b> ), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUKUR Z OLEJEM * 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU * 250ml, POMARAŃCZA 0.5szt, <b>Podwieczorek:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA * 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), CHLEB RAZOWY * 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 5g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA * 50g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOLAMI * 80g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C * 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY * 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT * 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1279.06 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 5376.96 kJ; Białko ogółem: 72.88 g; Tłuszcz: 36.67 g; Węglowodany ogółem: 172.62 g; suma cukrów prostych: 44.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.82 g; Błonnik pokarmowy: 19.14 g; Sól: 5.95 g;		
<b>piątek 2024-05-03</b>		
<b>Dieta: BOGATOBIAŁKOWA</b>		
RYŻ NA MLEKU * 350ml ( <b>MLE</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ * 60g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), TWAROŻEK * 70g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA WP. Z KOTŁA * 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU * 250ml, POMIDOR 60g, RUKOLA * 15g, <b>II Śniadanie:</b> CIASTO DROŻDŻOWE * 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	ZUPA NEAPOLITAŃSKA Z MAKARONEM * 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM * 150g ( <b>MLE</b> ), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY * 80g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</b> ), SOS WŁASNY * 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUKUR Z OLEJEM * 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK * 250ml, POMARAŃCZA 0.5szt, <b>Podwieczorek:</b> SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/CIUK * 1szt,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA * 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), CHLEB RAZOWY * 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA * 70g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOLAMI * 80g, SCHAB GOT B/SOLI * 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C * 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT * 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2500.86 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10384.60 kJ; Białko ogółem: 133.72 g; Tłuszcz: 75.48 g; Węglowodany ogółem: 329.82 g; suma cukrów prostych: 84.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.49 g; Błonnik pokarmowy: 23.29 g; Sól: 7.45 g;		
<b>piątek 2024-05-03</b>		
<b>Dieta: NISKOBIĄŁKOWA</b>		
RYŻ NA WYWARZE JARZ * 350ml ( <b>MLE, SEL</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ * 60g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), MIÓD 50g, SZYNKA WP. Z KOTŁA * 20g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU * 250ml, POMIDOR 60g, RUKOLA * 15g, <b>II Śniadanie:</b> CIASTO DROŻDŻOWE * 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN * 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM * 150g ( <b>MLE</b> ), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY 40g, SOS WŁASNY * 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUKUR Z OLEJEM * 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK * 250ml, POMARAŃCZA 0.5szt, <b>Podwieczorek:</b> SOK JABŁKOWY * 200ml,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA * 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</b> ), CHLEB RAZOWY * 60g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 15g ( <b>MLE</b> ), RYŻ Z WARZYWAMI * 200g, CUKINIA PAROWANA Z ZIOLAMI * 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C * 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT * 10g ( <b>SEZ</b> ), SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/CIUK * 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2451.26 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10317.07 kJ; Białko ogółem: 59.47 g; Tłuszcz: 65.00 g; Węglowodany ogółem: 420.36 g; suma cukrów prostych: 83.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.80 g; Błonnik pokarmowy: 28.72 g; Sól: 3.96 g;		
<b>piątek 2024-05-03</b>		
<b>Dieta: DZIECIĘCA 1-3</b>		
RYŻ NA MLEKU * 150ml ( <b>MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA WP. Z KOTŁA * 30g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU * 250ml, SAŁATA MASŁOWA 10g, TWAROŻEK * 50g ( <b>MLE</b> ), POMIDOR * 50g, MARCHEW KARBOWANA Z ZIOLAMI * 50g, <b>II Śniadanie:</b> CIASTO PIASKOWE 50g,	ZUPA NEAPOLITAŃSKA Z MAKARONEM * 150ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM * 100g ( <b>MLE</b> ), PULPET DROBIOWY GOTOWANY * 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SZPINAK GOTOWANY * 80g ( <b>GLU, MLE</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU * 250ml, POMARAŃCZA 0.5szt, <b>Podwieczorek:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOLAMI * 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA * 30g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C * 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT * 10g ( <b>SEZ</b> ), SOK JABŁKOWY * 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1328.30 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 5545.83 kJ; Białko ogółem: 58.90 g; Tłuszcz: 35.14 g; Węglowodany ogółem: 201.41 g; suma cukrów prostych: 59.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.52 g; Błonnik pokarmowy: 17.72 g; Sól: 4.28 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-05-03		
Dieta: DZIECIĘCA 4-9		
RYŻ NA MLEKU* 150ml ( <b>MLE</b> ), CHLEB RAZOWY * 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, TWAROŻEK* 50g ( <b>MLE</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, RUKOLA* 15g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/C UKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> CIASTO PIASKOWE 50g,	ZUPA NEAPOLIŃSKA Z MAKARONEM* 200ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g ( <b>MLE</b> ), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUKUR ZOLEJEM*/ 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, POMARAŃCZA 0.5szt, <b>Podwieczorek:</b> SOK JABŁKOWY* 200ml,	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB RAZOWY * 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA ZINDYKA PRASOWANA* 50g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1652.86 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6891.03 kJ; Białko ogółem: 85.65 g; Tłuszcz: 41.87 g; Węglowodany ogółem: 240.70 g; suma cukrów prostych: 68.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.92 g; Błonnik pokarmowy: 19.49 g; Sól: 5.82 g;		
piątek 2024-05-03		
Dieta: DZIECIĘCA 10-18		
RYŻ NA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 60g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, TWAROŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), POMIDOR 60g, RUKOLA* 15g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/C UKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> CIASTO PIASKOWE 50g,	ZUPA NEAPOLIŃSKA Z MAKARONEM* 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( <b>MLE</b> ), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUKUR ZOLEJEM*/ 100g, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, POMARAŃCZA 0.5szt, <b>Podwieczorek:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, SZYNKA ZINDYKA PRASOWANA* 70g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ), SOK JABŁKOWY* 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2438.66 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10131.15 kJ; Białko ogółem: 111.14 g; Tłuszcz: 70.72 g; Węglowodany ogółem: 348.06 g; suma cukrów prostych: 81.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.77 g; Błonnik pokarmowy: 24.19 g; Sól: 7.60 g;		
piątek 2024-05-03		
Dieta: DZIECIĘCA POOPERACYJNA		
RYŻ NA MLEKU* 200ml ( <b>MLE</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, TWAROŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), JABŁKO PRAŻONE* 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/C UKRU* 250ml, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, <b>II Śniadanie:</b> CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN* 200ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( <b>MLE</b> ), PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SZPINAK GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, MLE</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, JABŁKO PIECZONE* 150g, <b>Podwieczorek:</b> SEREK NATURALNY HOM* 1szt ( <b>MLE</b> ),	BUŁKA PSZENNNA KROJ * 120g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA* 70g ( <b>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z BUŁKI 50g, M.EX Z SZYNKA Z INDYKA 20g* 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2471.09 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10383.68 kJ; Białko ogółem: 109.20 g; Tłuszcz: 82.64 g; Węglowodany ogółem: 333.02 g; suma cukrów prostych: 68.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.86 g; Błonnik pokarmowy: 22.81 g; Sól: 8.95 g;		
piątek 2024-05-03		
Dieta: BIEGUNKOWA		
KLEIK Z KASZY MANNY* 400g ( <b>GLU</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ * 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), POWIDŁA JABŁKOWE* 70g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/C UKRU* 250ml, SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> CIASTO DROŻDŻOWE* 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	RYŻANKA* 400ml ( <b>SEL</b> ), ZIEMNIKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( <b>MLE</b> ), PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARCHEW GOTOWANA * 150g ( <b>MLE</b> ), HERBATA ZC* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> KISIEL* 150ml,	MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ), RYŻ Z JABŁKIEM* 200g ( <b>MLE</b> ), SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ * 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), KLEIK Z KASZY MANNY* 400g ( <b>GLU</b> ), HERBATA ZC* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1793.49 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7562.65 kJ; Białko ogółem: 55.71 g; Tłuszcz: 39.37 g; Węglowodany ogółem: 312.63 g; suma cukrów prostych: 50.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.03 g; Błonnik pokarmowy: 31.92 g; Sól: 2.67 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

<b>Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny</b>		
<b>Śniadanie</b> <b>II Śniadanie</b>	<b>Obiad</b> <b>Podwieczorek</b>	<b>Kolacja</b> <b>Posiłek nocny</b>
<b>piątek 2024-05-03</b>		
<b>Dieta: BEZGLUTENOWA</b>		
<p>RYŻNA MLEKU* 350ml (<i>MLE</i>), CHLEB B/GLUTENOWY* 100g (<i>ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 15g (<i>MLE</i>), SZYNKA WP. Z KOTŁA* 50g, SAŁATA MASŁOWA 10g, TWARÓŻEK* 70g (<i>MLE</i>), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, POMIDÓR 60g, RUKOLA* 15g,</p> <p><b>II Śniadanie:</b> JABŁKO 150g,</p>	<p>ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml (<i>MLE, SEL</i>), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g (<i>MLE</i>), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g (<i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i>), SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KUKURZ OLEJEM*/ 100g, KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, POMARAŃCZA 0.5szt,</p> <p><b>Podwieczorek:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,</p>	<p>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>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2180.48 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9140.74 kJ; Białko ogółem: 88.75 g; Tłuszcz: 72.26 g; Węglowodany ogółem: 300.47 g; suma cukrów prostych: 89.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.38 g; Błonnik pokarmowy: 27.18 g; Sól: 8.23 g;</p>		
<b>piątek 2024-05-03</b>		
<b>Dieta: PAPPKOWATA</b>		
<p>PŁATKI OWSIANE NA MLEKU MIX* 400ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, TWARÓŻEK* 70g (<i>MLE</i>), SZYNKA WP. Z KOTŁA MIELONA* 50g, JABŁKO PRAŻONE* 60g, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml,</p> <p><b>II Śniadanie:</b> CIASTO DROżdżOWE* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),</p>	<p>ZUPA ZACIERKOWA Z ZEMNI MIX* 400ml (<i>GLU, MLE, 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>), SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, BANAN 1szt,</p> <p><b>Podwieczorek:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,</p>	<p>BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA MIELONA* 70g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2419.73 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10183.31 kJ; Białko ogółem: 112.66 g; Tłuszcz: 68.63 g; Węglowodany ogółem: 351.78 g; suma cukrów prostych: 114.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.71 g; Błonnik pokarmowy: 30.48 g; Sól: 8.11 g;</p>		
<b>piątek 2024-05-03</b>		
<b>Dieta: PAPPKOWATA CUKRZYCOWA</b>		
<p>PŁATKI OWSIANE NA MLEKU MIX* 400ml (<i>GLU, MLE</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), TWARÓŻEK* 70g (<i>MLE</i>), SZYNKA WP. Z KOTŁA MIELONA* 50g, JABŁKO PRAŻONE* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml,</p> <p><b>II Śniadanie:</b> CIASTO DROżdżOWE* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),</p>	<p>ZUPA ZACIERKOWA Z ZEMNI MIX* 400ml (<i>GLU, MLE, 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>), SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250ml, BANAN 1szt,</p> <p><b>Podwieczorek:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,</p>	<p>CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA MIELONA* 70g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml, ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>),</p> <p><b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>), KEFIR NATURALNY 150ml (<i>MLE</i>),</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2391.80 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10064.52 kJ; Białko ogółem: 112.66 g; Tłuszcz: 68.63 g; Węglowodany ogółem: 344.79 g; suma cukrów prostych: 107.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.71 g; Błonnik pokarmowy: 30.48 g; Sól: 8.11 g;</p>		
<b>piątek 2024-05-03</b>		
<b>Dieta: PAPPKOWATA BEZ MLEKA</b>		
<p>RYŻNA WYW JARZYN MIX* 400ml (<i>MLE, SEL</i>), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA WP. Z KOTŁA MIELONA* 50g, PASTA DROBIOWO-WARZYWNA* 60g (<i>SEL</i>), SAŁATA MASŁOWA 10g, JABŁKO PRAŻONE* 60g, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 60g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml,</p> <p><b>II Śniadanie:</b> CIASTO DROżdżOWE* 50g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),</p>	<p>ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMN MIX* 400ml (<i>GLU, MLE, 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>), SZPINAK GOTOWANY* 100g (<i>GLU, MLE</i>), KOMPOT CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml, BANAN 1szt,</p> <p><b>Podwieczorek:</b> GALARETKA OWOCOWA* 150ml (<i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i>),</p>	<p>CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 80g, BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), MASŁO EXTRA 82% 10g (<i>MLE</i>), SZYNKA Z INDYKA PRASOWANA MIELONA* 70g (<i>JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b> SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/CIUK* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (<i>SEZ</i>),</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2249.19 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9456.44 kJ; Białko ogółem: 88.55 g; Tłuszcz: 65.52 g; Węglowodany ogółem: 339.54 g; suma cukrów prostych: 102.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.93 g; Błonnik pokarmowy: 29.30 g; Sól: 6.11 g;</p>		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-05-03</b>		
<b>Dieta: PŁYNNA</b>		
RYŻNA MLEKU PŁYNNA* 400ml ( <b>JAJ, MLE</b> ), JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , <b>II Śniadanie:</b> SOK JABŁKOWY* 200ml ,	PŁYNNA OB* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , KISIEL* 150ml , <b>Podwieczorek:</b> GALARETKA OWOCOWA PŁYNNA* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> ),	PŁYNNA KOL* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), TWAROŻEK MIX* 110g ( <b>MLE</b> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1960.57 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8244.89 kJ; Białko ogółem: 101.15 g; Tłuszcz: 63.91 g; Węglowodany ogółem: 254.83 g; suma cukrów prostych: 81.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.11 g; Błonnik pokarmowy: 25.99 g; Sól: 3.41 g;		
<b>piątek 2024-05-03</b>		
<b>Dieta: SONDA</b>		
SONDA MLECZNA* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), JOGURT NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , <b>II Śniadanie:</b> SOK JABŁKOWY* 200ml ,	SONDA OB* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), KISIEL* 150ml, KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> GALARETKA OWOCOWA PŁYNNA* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> ),	SONDA KOL* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml ( <b>GLU, MLE</b> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2263.93 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9505.48 kJ; Białko ogółem: 102.77 g; Tłuszcz: 80.45 g; Węglowodany ogółem: 292.43 g; suma cukrów prostych: 93.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.59 g; Błonnik pokarmowy: 30.51 g; Sól: 3.41 g;		
<b>piątek 2024-05-03</b>		
<b>Dieta: SONDA BEZ MLEKA</b>		
SONDA B/ MLEKA ŚN* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), SOK WARZYWNO-OWOCOWY* 1szt , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml , <b>II Śniadanie:</b> SOK JABŁKOWY* 200ml ,	KISIEL B/C* 150ml , SONDA B/MLEKA OB* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> GALARETKA OWOCOWA PŁYNNA* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> ),	SONDA B/ML KOL* 500ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml ( <b>GLU, MLE</b> ), HERBATA OWOCOWA Z HIBISKUSEM B/C* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2211.71 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9290.97 kJ; Białko ogółem: 89.09 g; Tłuszcz: 67.53 g; Węglowodany ogółem: 326.05 g; suma cukrów prostych: 91.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.22 g; Błonnik pokarmowy: 38.30 g; Sól: 3.21 g;		
<b>piątek 2024-05-03</b>		
<b>Dieta: KLEIKOWA</b>		
KLEIK ZKASZY MANNY* 400g ( <b>GLU</b> ), SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml ,	KLEIK ZKASZY MANNY* 400g ( <b>GLU</b> ), SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), HERBATA Z/C* 250ml ,	KLEIK ZKASZY MANNY* 400g ( <b>GLU</b> ), SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), HERBATA Z/C* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> SUCHARY* 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 785.38 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 3323.14 kJ; Białko ogółem: 23.41 g; Tłuszcz: 9.41 g; Węglowodany ogółem: 151.38 g; suma cukrów prostych: 10.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.10 g; Błonnik pokarmowy: 18.88 g; Sól: 1.19 g;		

Dietetyk

.....