

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-04-30</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), BUŁKA PSZENNNA KAJZERKA 1szt ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), SCHAB BENEDYKTA* 50g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), TWARÓŻEK* 70g ( <i>MLE</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , SAŁATA ROSZPONKA* 15g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ),	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMN ZW* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KASZA GRYCZANA NA SYPKO 200g , BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g ( <i>GLU</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SURÓWKA ZCZERWONEJ KAP ZOL/ 100g , FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTN* 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> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , PASTA Z CIECIERZYCY Z WARZYWAMI* 100g ( <i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i> ), OGÓREK KISZONY* 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 75ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2526.27 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10606.34 kJ; Białko ogółem: 116.45 g; Tłuszcz: 91.86 g; Węglowodany ogółem: 338.02 g; suma cukrów prostych: 65.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.70 g; Błonnik pokarmowy: 35.47 g; Sól: 6.32 g;		
<b>wtorek 2024-04-30</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA BEZ MLEKA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), CHLEB RAZOWY* 60g ( <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> ), PASTA JAJECZNA* 60g ( <i>JAJ, MLE</i> ), SCHAB BENEDYKTA* 50g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , SAŁATA ROSZPONKA* 15g , HERBATA Z/C* 250ml ,	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAK B/ ML* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KASZA GRYCZANA NA SYPKO 200g , BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g ( <i>GLU</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SURÓWKA Z CZERWONEJ KAP ZOL/ 100g , FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	CHLEB PSZENNO-ŻYTN* 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 CIECIERZYCY Z WARZYWAMI* 100g ( <i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i> ), OGÓREK KISZONY* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z BUŁKI 50G, M. EX, POL DROB ANI 20G 1Por ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2569.78 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10773.23 kJ; Białko ogółem: 101.19 g; Tłuszcz: 101.00 g; Węglowodany ogółem: 345.02 g; suma cukrów prostych: 44.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.15 g; Błonnik pokarmowy: 38.29 g; Sól: 6.82 g;		
<b>wtorek 2024-04-30</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), CHLEB GRAHAM* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEZ</i> ), BUŁKA PSZENNNA KAJZERKA 1szt ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), SCHAB BENEDYKTA* 50g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), TWARÓŻEK* 70g ( <i>MLE</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , POMIDOR 60g , SAŁATA ROSZPONKA* 15g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ),	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <i>GLU</i> ), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g ( <i>GLU</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SURÓWKA WARZYWNA ZOL/ 100g ( <i>SEL</i> ), DYNIA DUSZONA* 100g ( <i>GLU</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 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> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , POŁĘDWICA SOP DROB* 70g ( <i>SOJ</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 75ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2274.89 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9559.77 kJ; Białko ogółem: 115.80 g; Tłuszcz: 75.62 g; Węglowodany ogółem: 317.27 g; suma cukrów prostych: 64.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.76 g; Błonnik pokarmowy: 33.44 g; Sól: 6.55 g;		
<b>wtorek 2024-04-30</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTR. BEZ MLEKA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <i>GLU, MLE, SEL</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> ), SCHAB BENEDYKTA* 50g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), PASTA JAJECZNA* 60g ( <i>JAJ, MLE</i> ), POMIDOR 60g , SAŁATA MASŁOWA 10g , SAŁATA ROSZPONKA* 15g , HERBATA Z/C* 250ml ,	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAK B/ ML* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <i>GLU</i> ), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g ( <i>GLU</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SURÓWKA WARZYWNA ZOL/ 100g ( <i>SEL</i> ), DYNIA DUSZONA* 100g ( <i>GLU</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 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> ), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g ( <i>SOJ</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z BUŁKI 50G, M. EX, SAŁATY, POL DROB ANI 20G* 1Por ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2330.27 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9775.37 kJ; Białko ogółem: 100.15 g; Tłuszcz: 86.31 g; Węglowodany ogółem: 324.16 g; suma cukrów prostych: 43.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.14 g; Błonnik pokarmowy: 36.25 g; Sól: 7.06 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-04-30</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTR. POŁOŻNICZA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 50g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 20g ( <i>MLE</i> ), SCHAB BENEDYKTA* 50g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), TWAROŻEK* 70g ( <i>MLE</i> ), POMIDOR B/SKÓRY 60g , JABŁKO PRAŻONE* 60g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ), <b>II Śniadanie:</b> BUDYŃ* 150ml ( <i>MLE</i> ),	ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <i>GLU</i> ), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g ( <i>GLU</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), DYNIA DUSZONA* 100g ( <i>GLU</i> ), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g ( <i>SEL</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml ,	BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 120g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 20g ( <i>MLE</i> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , POLĘDWICA SOP DROB* 70g ( <i>SOJ</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 75ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2515.00 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10580.43 kJ; Białko ogółem: 117.12 g; Tłuszcz: 88.35 g; Węglowodany ogółem: 345.65 g; suma cukrów prostych: 88.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.65 g; Błonnik pokarmowy: 29.26 g; Sól: 6.25 g;		
<b>wtorek 2024-04-30</b>		
<b>Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL.</b>		
PŁATKI OWSIANE 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> ), SCHAB BENEDYKTA* 50g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), TWAROŻEK* 70g ( <i>MLE</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , SAŁATA ROSZPONKA* 15g , POMIDOR 60g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ), <b>II Śniadanie:</b> KISIEL B/C* 150ml ,	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <i>GLU</i> ), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g ( <i>GLU</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g ( <i>SEL</i> ), FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <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> ), PASTA Z CIECIERZYCY ZWARZYWAMI* 100g ( <i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i> ), OGÓREK KISZONY* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX, SAŁ, POL DROB ANI 20G 1Por ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2510.67 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10547.87 kJ; Białko ogółem: 118.52 g; Tłuszcz: 84.18 g; Węglowodany ogółem: 352.46 g; suma cukrów prostych: 64.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.76 g; Błonnik pokarmowy: 40.98 g; Sól: 7.61 g;		
<b>wtorek 2024-04-30</b>		
<b>Dieta: Z OGR.Ł/PRZYSW.WĘGL.B/S</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ</i> ), BUŁKA PSZENNĄ KROJ* 40g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), PASTA JAJECZNA* 60g ( <i>JAJ, MLE</i> ), TWAROŻEK* 70g ( <i>MLE</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g , SAŁATA ROSZPONKA* 15g , POMIDOR 60g , KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ), <b>II Śniadanie:</b> KISIEL B/C* 150ml ,	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAK B/SOLI* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <i>GLU</i> ), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g ( <i>GLU</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g ( <i>SEL</i> ), FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),	CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 40g ( <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> ), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 70g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g , <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHL. RAZ50G,M.EX, MIĘ SZYNKĄ GOT 20G* 1Por ( <i>MLE, ORZ, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2529.14 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10621.43 kJ; Białko ogółem: 139.13 g; Tłuszcz: 83.37 g; Węglowodany ogółem: 324.72 g; suma cukrów prostych: 62.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.51 g; Błonnik pokarmowy: 37.40 g; Sól: 5.02 g;		
<b>wtorek 2024-04-30</b>		
<b>Dieta: Z OGR. ŁATW PRZYSW. WĘGL. 1500</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 150ml ( <i>GLU, MLE</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% 5g ( <i>MLE</i> ), TWAROŻEK* 40g ( <i>MLE</i> ), SCHAB BENEDYKTA* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), POMIDOR 60g , SAŁATA ROSZPONKA* 15g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA B/CUKRU* 250ml , <b>II Śniadanie:</b> KISIEL B/C* 100ml ,	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI* 200ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 100g ( <i>GLU</i> ), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g ( <i>GLU</i> ), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g ( <i>SEL</i> ), FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml , <b>Podwieczorek:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ),	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA* 20g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ</i> ), CHLEB RAZOWY* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% 5g ( <i>MLE</i> ), PASTA Z CIECIERZYCY ZWARZYWAMI* 80g ( <i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i> ), OGÓREK KISZONY* 80g , SAŁATA MASŁOWA 10g , HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA EAZ30G,M.EX.SAŁ.ZPOL ANI 20G 1Por ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1495.01 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6276.95 kJ; Białko ogółem: 80.11 g; Tłuszcz: 49.23 g; Węglowodany ogółem: 206.36 g; suma cukrów prostych: 40.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.08 g; Błonnik pokarmowy: 27.59 g; Sól: 5.16 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-04-30		
Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL1500B/ML		
PLATKI OWSIANE NA WYWARZE JARZ* 150ml (GLU, MLE, SEL), 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% 5g (MLE), SCHAB BENEDYKTA* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), PASTA JAJECZNA* 40g (JAJ, MLE), POMIDOR 60g, SAŁATA ROSZPONKA* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, II Śniadanie: KISIEL B/C* 100ml,	ZUPA KALAFIOROWA ZZIEMN B/MLEKA* 200ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 100g (GLU), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (GLU), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g (SEL), FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, Podwieczorek: JABŁKO/ 1szt,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 20g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 40g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 5g (MLE), PASTA Z CIECIERZCY ZWARZYWAMI* 80g (GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, OGÓREK KISZONY* 80g, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA EAZ30G, M.EX.SAŁ.ZPOL ANI 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1491.68 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 6249.67 kJ; Białko ogółem: 69.42 g; Tłuszcz: 53.00 g; Węglowodany ogółem: 209.26 g; suma cukrów prostych: 39.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.05 g; Błonnik pokarmowy: 31.26 g; Sól: 5.91 g;		
wtorek 2024-04-30		
Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGL. B/ML		
PLATKI OWSIANE NA WYWARZE JARZ* 350ml (GLU, MLE, SEL), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU PSZ), MASŁO EXTRA 82% 15g (MLE), SCHAB BENEDYKTA* 50g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), PASTA JAJECZNA* 60g (JAJ, MLE), POMIDOR 60g, SAŁATA ROSZPONKA* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA Z/C* 250ml, II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA KALAFIOROWA ZZIEMNIAMI B/ ML* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (GLU), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g (SEL), FASOLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 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% # 15g (MLE), PASTA Z CIECIERZCY ZWARZYWAMI* 100g (GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ), SAŁATA MASŁOWA 10g, OGÓREK KISZONY* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX, SAŁ, POL DROB ANI 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2417.35 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10138.46 kJ; Białko ogółem: 97.02 g; Tłuszcz: 87.68 g; Węglowodany ogółem: 345.11 g; suma cukrów prostych: 46.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.94 g; Błonnik pokarmowy: 46.38 g; Sól: 8.39 g;		
wtorek 2024-04-30		
Dieta: Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGLNISKOTŁ		
PLATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml (GLU, MLE), BUŁKA GRAHAMKA* 1szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), MASŁO EXTRA 82% 5g (MLE), SCHAB BENEDYKTA* 50g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), TWARÓŻEK* 70g (MLE), WARZYWA GOTOWANE* 60g (SEL), JABŁKO PIECZONE* 150g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), II Śniadanie: KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA KOPERKOWA ZZIEMNIAMI DIETA* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (GLU), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), CUKINIA PIECZONA* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, Podwieczorek: CHRUPKI KUKURYDZ* 20g,	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLUPSZ), CHLEB RAZOWY* 60g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 5g (MLE), POŁĘDWCA SOP DROB* 70g (SOJ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX, SAŁ, POL DROB ANI 20G 1Por (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2389.55 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10065.60 kJ; Białko ogółem: 118.78 g; Tłuszcz: 62.93 g; Węglowodany ogółem: 373.62 g; suma cukrów prostych: 68.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.01 g; Błonnik pokarmowy: 38.17 g; Sól: 7.37 g;		
wtorek 2024-04-30		
Dieta: O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ		
PLATKI OWSIANE 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), SCHAB BENEDYKTA* 50g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), TWARÓŻEK* 70g (MLE), POMIDOR 60g, SAŁATA ROSZPONKA* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR),	ZUPA KALAFIOROWA ZZIEMNIAMI* 400ml (GLU, MLE, SEL), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g (GLU), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g (GLU), SOS WŁASNY* 100ml (GLU, MLE, SEL), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g (SEL), DYNIA DUSZONA* 100g (GLU), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM 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% # 15g (MLE), PASTA Z CIECIERZCY ZWARZYWAMI* 100g (GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, Posiłek nocny: KEFIR NATURALNY 75ml (MLE), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g (SEZ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2376.78 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9990.09 kJ; Białko ogółem: 110.04 g; Tłuszcz: 78.21 g; Węglowodany ogółem: 339.32 g; suma cukrów prostych: 70.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.52 g; Błonnik pokarmowy: 38.24 g; Sól: 4.97 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-04-30</b>		
<b>Dieta: O KONT.ZAW.KW.TŁ B/M</b>		
PŁATKI OWSIANE NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SCHAB BENEDYKTA* 50g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), MIÓD 50g, POMIDOR 60g, SAŁATA ROSZPONKA* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CUKRU* 250ml,	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAK B/ ML* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b> ), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g ( <b>GLU</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), SURÓWKA WARZYWNA ZOL/ 100g ( <b>SEL</b> ), DYNIA DUSZONA* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml,	CHLEB RAZOWY * 40g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 15g ( <b>MLE</b> ), PASTA Z CIECIERZYCY Z WARZYWAMI* 100g ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z BUŁKI 50G, M. EX SAŁATY, POL DROB ANI 20G* 1Por ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2472.86 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10389.76 kJ; Białko ogółem: 85.80 g; Tłuszcz: 81.31 g; Węglowodany ogółem: 382.14 g; suma cukrów prostych: 45.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.69 g; Błonnik pokarmowy: 41.05 g; Sól: 5.23 g;		
<b>wtorek 2024-04-30</b>		
<b>Dieta: ŁATW.Z OGR.TŁ.</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), SCHAB BENEDYKTA* 50g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), TWAROŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ), JABŁKO PRAŻONE* 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ),	ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b> ), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g ( <b>GLU</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), CUKINIA PIECZONA* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g ( <b>MLE</b> ), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g ( <b>SOJ</b> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2402.78 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10120.69 kJ; Białko ogółem: 118.82 g; Tłuszcz: 72.94 g; Węglowodany ogółem: 349.92 g; suma cukrów prostych: 74.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.11 g; Błonnik pokarmowy: 28.54 g; Sól: 6.75 g;		
<b>wtorek 2024-04-30</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA BEZ TŁ</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SCHAB BENEDYKTA* 50g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), TWAROŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), JABŁKO PRAŻONE* 60g, WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ), KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ),	ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <b>GLU</b> ), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g ( <b>GLU</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), CUKINIA PIECZONA* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g ( <b>SOJ</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, <b>Posiłek nocny:</b> WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ), KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2255.68 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9515.89 kJ; Białko ogółem: 118.72 g; Tłuszcz: 56.69 g; Węglowodany ogółem: 349.81 g; suma cukrów prostych: 74.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.54 g; Sól: 6.72 g;		
<b>wtorek 2024-04-30</b>		
<b>Dieta: Z OGR.SUB.POB.W.S.ZOŁ</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), FILET ZKURCZAKA GOT/B SOLI* 60g, TWAROŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ), JABŁKO PRAŻONE* 60g, HERBATA B/CUKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> GALARETKA OWOCOWA* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> ),	ZUPA KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI DIETA* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( <b>MLE</b> ), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, CUKINIA PIECZONA* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g ( <b>GLU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> BUDYŃ B/C* 150ml ( <b>MLE</b> ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% t 10g ( <b>MLE</b> ), SZYNKA WP GOT B/SOLI* 70g, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2497.11 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10511.64 kJ; Białko ogółem: 140.15 g; Tłuszcz: 73.39 g; Węglowodany ogółem: 332.13 g; suma cukrów prostych: 79.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.61 g; Błonnik pokarmowy: 26.03 g; Sól: 4.60 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-04-30</b>		
<b>Dieta: UBOGOENERGETYCZNA 1000</b>		
CHLEB RAZOWY * 30g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <i>MLE</i> ), SCHAB BENEDYKTA* 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, POMIDOR 60g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, SAŁATA ROSZPONKA* 15g, TWAROŻEK* 50g ( <i>MLE</i> ), <b>II Śniadanie:</b> JABŁKO 100g,	KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 100g ( <i>GLU</i> ), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 60g ( <i>GLU</i> ), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g ( <i>SEL</i> ), CUKINIA PIECZONA* 100g, KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250ml,	CHLEB RAZOWY * 30g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 5g ( <i>MLE</i> ), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g ( <i>SOJ</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW KARB GOT Z ZIOL* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 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]: 1019.44 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 4271.63 kJ; Białko ogółem: 65.88 g; Tłuszcz: 36.89 g; Węglowodany ogółem: 128.60 g; suma cukrów prostych: 38.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.42 g; Błonnik pokarmowy: 17.76 g; Sól: 4.20 g;		
<b>wtorek 2024-04-30</b>		
<b>Dieta: BOGATOBIAŁKOWA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), BUŁKA PSZENNNA KAJZERKA 1szt ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), SCHAB BENEDYKTA* 50g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), TWAROŻEK* 70g ( <i>MLE</i> ), POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, SAŁATA ROSZPONKA* 15g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ), <b>II Śniadanie:</b> JABŁKO PIECZONE Z SEREM* 150g ( <i>MLE</i> ),	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <i>GLU</i> ), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g ( <i>GLU</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g ( <i>SEL</i> ), DYNIA DUSZONA* 100g ( <i>GLU</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 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% # 15g ( <i>MLE</i> ), PASTA Z CIECIERZYCY Z WARZYWAMI* 100g ( <i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW KARB GOT Z ZIOL* 80g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z CHLEBA RAZ 50G, M.EX, SAŁ, POL DROB ANI 20G 1Por ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2640.88 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 11097.39 kJ; Białko ogółem: 122.09 g; Tłuszcz: 84.08 g; Węglowodany ogółem: 383.00 g; suma cukrów prostych: 87.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.27 g; Błonnik pokarmowy: 43.90 g; Sól: 6.06 g;		
<b>wtorek 2024-04-30</b>		
<b>Dieta: NISKOBIĄTKOWA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), BUŁKA PSZENNNA KAJZERKA 1szt ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), SCHAB BENEDYKTA* 20g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, POMIDOR 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, SAŁATA ROSZPONKA* 15g, HERBATA Z/C* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAK B/ ML* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <i>GLU</i> ), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 40g, SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SURÓWKA WARZYWNA Z OL/ 100g ( <i>SEL</i> ), CUKINIA PIECZONA* 100g, KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> JABŁKO 150g,	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 WARZYWNA * 80g ( <i>SEL</i> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOL* 80g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), DŻEM JEDNOPORCJOWY 25g/op. 1szt, MASŁO EXTRA 82% 5g ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2332.94 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9795.95 kJ; Białko ogółem: 58.85 g; Tłuszcz: 70.76 g; Węglowodany ogółem: 392.21 g; suma cukrów prostych: 72.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.85 g; Błonnik pokarmowy: 39.56 g; Sól: 4.13 g;		
<b>wtorek 2024-04-30</b>		
<b>Dieta: DZIECIĘCA 1-3</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 150ml ( <i>GLU, MLE</i> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ * 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <i>MLE</i> ), SCHAB BENEDYKTA* 30g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), TWAROŻEK* 50g ( <i>MLE</i> ), SAŁATA ROSZPONKA* 15g, POMIDOR B/SKÓRY 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA B/CIUKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> BISZKOPTY B/CIUKRU* 20g ( <i>GLU, JAJ, ORZ</i> ),	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI * 200ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g ( <i>MLE</i> ), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY*/ 60g ( <i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i> ), CUKINIA PIECZONA* 100g, DYNIA DUSZONA* 70g ( <i>GLU</i> ), KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM Z/ CUK* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> TRUSKAWKI MROŻ W GALARETCIE OW* 150ml ( <i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i> ),	BUŁKA PSZENNNA KROJ * 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <i>MLE</i> ), POŁĘDWICA SOPOCKA DROBOWA wędliną z dodatkiem sur wp., średnio rozdrobniona wędzona, parzona, w osłonce niejadalnej 1g ( <i>SOJ</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, MARCHEW KARBOWANA Z ZIOLAMI* 50g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> JOGURT NATURALNY 150ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1117.55 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 4693.46 kJ; Białko ogółem: 65.15 g; Tłuszcz: 34.65 g; Węglowodany ogółem: 153.48 g; suma cukrów prostych: 47.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.13 g; Błonnik pokarmowy: 14.82 g; Sól: 2.22 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-04-30</b>		
<b>Dieta: DZIECIĘCA 4-9</b>		
PLATKI OWSIANE NA MLEKU* 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), CHLEB RAZOWY * 20g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1szt ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <i>MLE</i> ), SCHAB BENEDYKTA* 50g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), TWAROŻEK* 50g ( <i>MLE</i> ), POMIDOR 60g, SAŁATA ROSZPONKA* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA Z/C* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> BISZKOPTY B/CIUKRU* 20g ( <i>GLU, JAJ, ORZ</i> ),	ZUPA KALAFIOROWA ZZIEMNIAKAMI * 200ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 100g ( <i>MLE</i> ), FILET Z KURCZAKA GOTOWANY* 80g ( <i>GLU, SOJ, ORZ, SEL, SEZ</i> ), SOS WŁASNY* 50ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), SURÓWKA WARZYWNA Z OLI 100g ( <i>SEL</i> ), DYNIA DUSZONA* 100g ( <i>GLU</i> ), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM Z/CIUK* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> TRUSKAWKI MROŻ W GALARETCIE OW* 150ml ( <i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i> ),	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> ), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g ( <i>SOJ</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 75ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1676.25 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 7045.99 kJ; Białko ogółem: 95.81 g; Tłuszcz: 53.53 g; Węglowodany ogółem: 232.05 g; suma cukrów prostych: 67.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.35 g; Błonnik pokarmowy: 24.08 g; Sól: 5.50 g;		
<b>wtorek 2024-04-30</b>		
<b>Dieta: DZIECIĘCA 10-18</b>		
PLATKI OWSIANE 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 BENEDYKTA* 50g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), TWAROŻEK* 70g ( <i>MLE</i> ), POMIDOR 60g, SAŁATA ROSZPONKA* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBÓŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i> ), <b>II Śniadanie:</b> BISZKOPTY B/CIUKRU* 20g ( <i>GLU, JAJ, ORZ</i> ),	ZUPA KALAFIOROWA ZZIEMNIAKAMI* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), ZIEMNIAKI 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 WARZYWNA Z OLI 100g ( <i>SEL</i> ), DYNIA DUSZONA* 100g ( <i>GLU</i> ), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM Z/CIUK* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> TRUSKAWKI MROŻ W GALARETCIE OW* 150ml ( <i>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</i> ),	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), CHLEB RAZOWY * 40g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <i>MLE</i> ), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g ( <i>SOJ</i> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 75ml ( <i>MLE</i> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <i>SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2219.60 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9330.13 kJ; Białko ogółem: 115.07 g; Tłuszcz: 73.09 g; Węglowodany ogółem: 307.29 g; suma cukrów prostych: 75.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.71 g; Błonnik pokarmowy: 29.25 g; Sól: 6.64 g;		
<b>wtorek 2024-04-30</b>		
<b>Dieta: BEZMLECZNA</b>		
PLATKI OWSIANE NA WYWARZE JARZ* 350ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), BUŁKA PSZENNA KROJ* 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <i>MLE</i> ), SCHAB BENEDYKTA* 50g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), MIÓD JEDN 25g/op. 2szt, WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <i>SEL</i> ), JABŁKO PRAŻONE* 60g, HERBATA Z/C* 250ml,	ZUPA KOPERKOWA ZZIEMNIAKAMI B/ML* 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200g ( <i>GLU</i> ), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80g ( <i>GLU</i> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), CUKINIA PIECZONA* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g ( <i>GLU</i> ), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM Z/CIUK* 250ml,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 120g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), POŁĘDWICA SOP DROB* 70g ( <i>SOJ</i> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, MARGARYNA ROŚLINNA 80% 1 10g ( <i>MLE</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KANAPKA Z BUŁKI 50G, M. EX SAŁATY, POL DROB ANI 20G* 1Por ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2352.98 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9905.67 kJ; Białko ogółem: 88.31 g; Tłuszcz: 71.50 g; Węglowodany ogółem: 372.22 g; suma cukrów prostych: 50.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.23 g; Błonnik pokarmowy: 30.38 g; Sól: 7.47 g;		
<b>wtorek 2024-04-30</b>		
<b>Dieta: BIEGUNKOWA</b>		
KLEIK Z KASZY MANNY* 400g ( <i>GLU</i> ), BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <i>MLE</i> ), POWIDŁA JABŁKOWE* 50g, SUCHARY* 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i> ), HERBATA B/CIUKRU* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY Z ZIEMN* 400ml ( <i>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> ), MARCHEW GOTOWANA * 150g ( <i>MLE</i> ), HERBATA Z/C* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15g,	BUŁKA PSZENNA KROJ * 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), MASŁO EXTRA 82% 5g ( <i>MLE</i> ), RYŻ Z JABŁKIEM* 200g ( <i>MLE</i> ), SUCHARY* 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i> ), KLEIK Z KASZY MANNY* 400g ( <i>GLU</i> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> SUCHARY 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i> ), KLEIK Z KASZY MANNY* 400g ( <i>GLU</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1932.64 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8154.15 kJ; Białko ogółem: 63.35 g; Tłuszcz: 38.35 g; Węglowodany ogółem: 344.07 g; suma cukrów prostych: 34.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.26 g; Błonnik pokarmowy: 35.80 g; Sól: 2.28 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-04-30</b>		
<b>Dieta: BEZGLUTENOWA</b>		
RYŻNA MLEKU* 350ml ( <b>MLE</b> ), PIECZYWO B/GLUTENOWE* 100g ( <b>ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 15g ( <b>MLE</b> ), SCHAB BENEDYKTA* 50g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), TWAROŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), POMIDOR 60g, SAŁATA ROSZPONKA* 15g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA Z/C* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> JABŁKO 150g,	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAK B/ GLUT* 400ml ( <b>MLE, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( <b>MLE</b> ), BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA B/GLUTENU* 80g, SURÓWKA WARZYWNA Z OLI 100g ( <b>SEL</b> ), DYNIA DUSZONA* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT Z MIESZOW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> KANAPKA Z PIECZ B/GLUT 50G, M.EX., SAŁ, SZYNKA DĘBOWĄ 20G* 1Por ( <b>MLE, ORZ, SEZ</b> ),	PIECZYWO B/GLUTENOWE* 120g ( <b>ORZ, SEZ</b> ), MARGARYNA ROŚLINNA 80% # 15g ( <b>MLE</b> ), PASTA Z CIECIERZYCY Z WARZYWAMI* 100g ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ), WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2422.67 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10146.45 kJ; Białko ogółem: 93.12 g; Tłuszcz: 87.06 g; Węglowodany ogółem: 340.61 g; suma cukrów prostych: 95.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.47 g; Błonnik pokarmowy: 38.68 g; Sól: 6.95 g;		
<b>wtorek 2024-04-30</b>		
<b>Dieta: PAKOWATA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU MIX* 400ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), SCHAB BENEDYKTA MIEL* 50g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), TWAROŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), SAŁATA MASŁOWA 10g, WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ), JABŁKO PRAŻONE* 60g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ), <b>II Śniadanie:</b> GALARETKA OWOCOWA* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> ),	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAK MIX* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( <b>MLE</b> ), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), CUKINIA PIECZONA* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT ZMIESZOW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> KEFIR NATURALNY 150ml ( <b>MLE</b> ),	ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, POŁĘDWICA SOP DROB MIEL* 70g ( <b>SOJ</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/ CUK* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2198.23 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9246.60 kJ; Białko ogółem: 117.96 g; Tłuszcz: 73.53 g; Węglowodany ogółem: 297.73 g; suma cukrów prostych: 97.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.16 g; Błonnik pokarmowy: 27.94 g; Sól: 5.48 g;		
<b>wtorek 2024-04-30</b>		
<b>Dieta: PAKOWATA CUKRZYCOWA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU MIX* 400ml ( <b>GLU, MLE</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), SCHAB BENEDYKTA MIEL* 50g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), TWAROŻEK* 70g ( <b>MLE</b> ), WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ), POWIDŁA JABŁKOWE* 70g, SAŁATA MASŁOWA 10g, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, GOR</b> ), <b>II Śniadanie:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAK MIX* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( <b>MLE</b> ), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), CUKINIA PIECZONA* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT ZMIESZOW Z JABŁKIEM B/C* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, POŁĘDWICA SOP DROB MIEL* 70g ( <b>SOJ</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 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]: 2151.05 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9045.61 kJ; Białko ogółem: 119.46 g; Tłuszcz: 74.22 g; Węglowodany ogółem: 284.75 g; suma cukrów prostych: 84.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.35 g; Błonnik pokarmowy: 32.62 g; Sól: 6.87 g;		
<b>wtorek 2024-04-30</b>		
<b>Dieta: PAKOWATA BEZ MLEKA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA WYW JARZ MIX* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), SCHAB BENEDYKTA MIEL* 50g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), PASTA JAJECZNA* 60g ( <b>JAJ, MLE</b> ), WARZYWA GOTOWANE* 60g ( <b>SEL</b> ), JABŁKO PRAŻONE* 60g, SAŁATA MASŁOWA 10g, HERBATA Z/C* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> GALARETKA OWOCOWA* 150ml ( <b>GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> ),	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMN B/ML MIX* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150g ( <b>MLE</b> ), ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), SOS WŁASNY* 100ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), CUKINIA PIECZONA* 100g, DYNIA DUSZONA* 100g ( <b>GLU</b> ), KOMPOT ZMIESZOW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> KISIEL B/C* 150ml,	ZUPA PAPA ZMIĘSEM* 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), MASŁO EXTRA 82% 10g ( <b>MLE</b> ), MARCHEW KARB GOT Z ZIOŁ* 80g, POŁĘDWICA SOP DROB MIEL* 70g ( <b>SOJ</b> ), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/ CUK* 1szt, WAFEL RYŻOWY 1SZT* 10g ( <b>SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2039.48 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 8561.34 kJ; Białko ogółem: 92.72 g; Tłuszcz: 75.62 g; Węglowodany ogółem: 279.29 g; suma cukrów prostych: 73.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.80 g; Błonnik pokarmowy: 30.13 g; Sól: 4.78 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Mazowiecki Szpital Specjalistyczny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-04-30</b>		
<b>Dieta: PŁYNNA</b>		
PŁATKI OWSIANE NA MLEKU PŁYNNYM* 400ml (GLU, JAJ, MLE), KISIEL* 150ml, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR), <b>II Śniadanie:</b> SEREK NATURALNY HOM* 1szt (MLE),	PŁYNNA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), SOK JABŁKOWY* 200ml, KOMPOT ZMIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> JOGURT NATURALNY 150ml (MLE),	PŁYNNA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU, MLE), <b>Posiłek nocny:</b> BUDYŃ* 150ml (MLE),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2262.58 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9515.80 kJ; Białko ogółem: 114.03 g; Tłuszcz: 74.49 g; Węglowodany ogółem: 293.04 g; suma cukrów prostych: 101.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.33 g; Błonnik pokarmowy: 23.64 g; Sól: 3.16 g;		
<b>wtorek 2024-04-30</b>		
<b>Dieta: SONDA</b>		
SONDA MLECZNA* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE), KISIEL SONDA* 150ml, KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250ml (GLU, SOJ, MLE, GOR),	SONDA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), SOK JABŁKOWY* 200ml, KOMPOT ZMIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> BUDYŃ SONDA* 150ml (MLE),	SONDA KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU, MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KEFIR NATURALNY 150ml (MLE),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2381.70 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 10004.43 kJ; Białko ogółem: 108.88 g; Tłuszcz: 85.50 g; Węglowodany ogółem: 302.06 g; suma cukrów prostych: 110.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.17 g; Błonnik pokarmowy: 25.18 g; Sól: 2.51 g;		
<b>wtorek 2024-04-30</b>		
<b>Dieta: SONDA BEZ MLEKA</b>		
SONDA B/ MLEKA ŚN* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), SOK JABŁKOWY* 200ml, HERBATA ZI C* 250ml, <b>II Śniadanie:</b> KISIEL SONDA* 150ml,	SONDA B/MLEKA OB* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), SOK POMIDOROWY* 1szt, KOMPOT ZMIESZ OW Z JABŁKIEM ZI CUK* 250ml, <b>Podwieczorek:</b> GALARETKA OWOCOWA PŁYNNY* 150ml (GLU, OZI, SOJ, ORZ, GOR, SEZ),	SONDA B/ML KOL* 500ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200ml (GLU, MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> SOK POMIDOROWY* 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2211.81 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 9294.02 kJ; Białko ogółem: 90.55 g; Tłuszcz: 67.88 g; Węglowodany ogółem: 324.22 g; suma cukrów prostych: 88.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.36 g; Błonnik pokarmowy: 39.35 g; Sól: 4.60 g;		
<b>wtorek 2024-04-30</b>		
<b>Dieta: KLEIKOWA</b>		
KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (GLU), SUCHARY* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), HERBATA B/CUKRU* 250ml,	KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (GLU), SUCHARY* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), HERBATA ZI C* 250ml,	KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (GLU), SUCHARY* 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CUKRU* 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> KLEIK ZKASZY MANNY* 400g (GLU), SUCHARY 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 852.43 kcal; Wartość energetyczna[kJ]: 3607.54 kJ; Białko ogółem: 25.58 g; Tłuszcz: 9.73 g; Węglowodany ogółem: 165.56 g; suma cukrów prostych: 5.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.14 g; Błonnik pokarmowy: 19.50 g; Sól: 1.19 g;		

Dietetyk

.....