

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-02-28		
Dieta: H. DIETA PODSTAWOWA III		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta z ciecierzycy, marchwii i twarogu 50g (MLE), Szynka got Delika z indyka 30g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), Papryka św. 70g, Salata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Zupa krem z pomidora z grzankami 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Ryba smażona 80g morszczuk (GLU, JAJ, RYB, OZI, ORZ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Mizeria z jogurtem 75g (MLE), Marchew oprószana gotowana 75g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Polędwica sopocka 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Serek grani 50g (MLE), Pomidor 70g, Salata ziel. 10g, Posiłek nocny: Sałatka z jaja z szynką i ziel.pietruszką 150g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2400.36 kcal; Energia: 10073.55 kJ; Białko ogółem: 102.84 g; białko zwierzęce: 73.92 g; białko roślinne: 31.20 g; Tłuszcz: 87.86 g; Węglowodany ogółem: 334.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.89 g; Sód: 2267.08 mg; Potas: 4790.41 mg; Wapń: 932.19 mg; Fosfor: 1671.95 mg; Błonnik pokarmowy: 29.54 g; suma cukrów prostych: 65.69 g; Woda: 1639.71 g; Popiół: 27.47 g;		
piątek 2025-02-28		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA IIII		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Szynka got Delika z indyka 30g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta z ciecierzycy, marchwii i twarogu 50g (MLE), Pomidor 70g, Salata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Zupa krem z pomidora z grzankami 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Ryba z pieca w sosie pietruszkowym 80/100 (GLU, RYB, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchew oprószana gotowana 150g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Polędwica sopocka 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Serek grani 50g (MLE), Pomidor 70g, Salata ziel. 10g, Posiłek nocny: Sałatka z jaja z szynką i ziel.pietruszką 150g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2232.41 kcal; Energia: 9467.70 kJ; Białko ogółem: 103.75 g; białko zwierzęce: 77.53 g; białko roślinne: 28.57 g; Tłuszcz: 81.60 g; Węglowodany ogółem: 317.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.31 g; Sód: 2207.53 mg; Potas: 4970.71 mg; Wapń: 923.77 mg; Fosfor: 1628.91 mg; Błonnik pokarmowy: 30.60 g; suma cukrów prostych: 65.11 g; Woda: 1646.29 g; Popiół: 27.29 g;		
piątek 2025-02-28		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁUSZCZU IIIA/		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Szynka got Delika z indyka 30g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta z ciecierzycy, marchwii i twarogu 50g (MLE), Salata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Zupa krem z pomidora z grzankami 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Ryba z pieca w sosie pietruszkowym 80/100 (GLU, RYB, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchew oprószana gotowana 150g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Polędwica sopocka 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Serek grani 50g (MLE), Salata ziel. 10g, Posiłek nocny: Sałatka z białka jaja z szynką i ziel.pietruszką 150g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2477.51 kcal; Energia: 10490.50 kJ; Białko ogółem: 118.84 g; białko zwierzęce: 76.78 g; białko roślinne: 33.21 g; Tłuszcz: 87.54 g; Węglowodany ogółem: 322.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.56 g; Sód: 2343.03 mg; Potas: 4367.91 mg; Wapń: 906.67 mg; Fosfor: 1548.51 mg; Błonnik pokarmowy: 25.38 g; suma cukrów prostych: 67.80 g; Woda: 1458.89 g; Popiół: 26.31 g;		
piątek 2025-02-28		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. IIIB/		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Szynka got Delika z indyka 30g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta z ciecierzycy, marchwii i twarogu 50g (MLE), Salata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. , II Śniadanie: Serek wiejski 150g (MLE),	Zupa krem z pomidora z grzankami 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Ryba z pieca w sosie pietruszkowym 80/100 (GLU, RYB, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchew oprószana gotowana 150g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Polędwica sopocka 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Serek grani 50g (MLE), Salata ziel. 10g, Posiłek nocny: Sałatka z białka jaja z szynką i ziel.pietruszką 150g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2477.51 kcal; Energia: 10490.50 kJ; Białko ogółem: 118.84 g; białko zwierzęce: 76.78 g; białko roślinne: 33.21 g; Tłuszcz: 87.54 g; Węglowodany ogółem: 322.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.56 g; Sód: 2343.03 mg; Potas: 4367.91 mg; Wapń: 906.67 mg; Fosfor: 1548.51 mg; Błonnik pokarmowy: 25.38 g; suma cukrów prostych: 67.80 g; Woda: 1458.89 g; Popiół: 26.31 g;		

DIETETYK

mgr Miłena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-02-28		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. RADIOLOGICZNA IIRTIII		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Szynka got Delika z indyka 30g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta z ciecierzycy, marchwii i twarogu 50g (MLE), Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Zupa krem z jarzyn z grzankami 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Ryba z pieca w sosie pietruszkowym 80/100 (GLU, RYB, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchew oprószana gotowana 150g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Polędwica sopocka 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Serek grani 50g (MLE), Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Sałatka z jaja z szynką i ziel.pietruszką 150g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2205.51 kcal; Energia: 9354.70 kJ; Białko ogółem: 103.79 g; białko zwierzęce: 77.53 g; białko roślinne: 28.61 g; Tłuszcz: 81.64 g; Węglowodany ogółem: 286.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.31 g; Sód: 2190.93 mg; Potas: 4391.91 mg; Wapń: 905.27 mg; Fosfor: 1585.71 mg; Błonnik pokarmowy: 28.28 g; suma cukrów prostych: 65.21 g; Woda: 1455.89 g; Popiół: 26.27 g;		
piątek 2025-02-28		
Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD RADIOLOGICZNA VII RTIII		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Szynka got Delika z indyka 30g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta z ciecierzycy, marchwii i twarogu 50g (MLE), Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. , II Śniadanie: Serek wiejski 150g (MLE), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *),	Zupa krem z jarzyn z grzankami 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Ryba z pieca w sosie pietruszkowym 80/100 (GLU, RYB, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Kalafior z wody gotowany 75g, Marchew oprószana gotowana 75g (GLU, MLE), Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Herbata H 250ml, Masło ex 20g (MLE), Polędwica sopocka 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Serek grani 50g (MLE), Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Sałatka z jaja z szynką i ziel.pietruszką 150g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2055.02 kcal; Energia: 8762.31 kJ; Białko ogółem: 103.88 g; białko zwierzęce: 77.50 g; białko roślinne: 28.74 g; Tłuszcz: 80.66 g; Węglowodany ogółem: 254.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.77 g; Sód: 2049.53 mg; Potas: 4381.49 mg; Wapń: 892.22 mg; Fosfor: 1628.15 mg; Błonnik pokarmowy: 29.09 g; suma cukrów prostych: 53.25 g; Woda: 1455.61 g; Popiół: 26.43 g;		


DIETETYK
 mgr Milena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Sniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-03-01 Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VIII/		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Kakao 250ml (MLE), Bułka grahamka 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 20g (MLE), Szyunka z kotła 50g (SOJ, MLE, GOR, S02), Mozzarella 1/4 (30g) (MLE), Pomidor 70g, Salata ziel. 10g, Banan 1 szt. , II Śniadanie: Mus owocowy 100g, Jogurt naturalny 100g (1szt) (MLE),	Zupa wiosenna z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Leczo z kurczakiem 300g (GLU, SEL), Ryż na sypko gotowany 200g, Surówka z jarzyn mieszanych b/o 75g (SEL, *), Szpinak 75g (GLU, MLE), Kompot owocowy b/c 250 ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Papryka św. 70g, Salata ziel. 10g, Posiłek nocny: Rogalik pszenny 1 szt. (GLU, *), Pasztet drobiowy 50g - 1/5 szt. (GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR),
Wartości odżywcze: Energia: 2343.28 kcal; Energia: 9134.83 kJ; Białko ogółem: 96.09 g; białko zwierzęce: 59.72 g; białko roślinne: 27.83 g; Tłuszcz: 85.81 g; Węglowodany ogółem: 291.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.85 g; Sód: 2040.00 mg; Potas: 4421.33 mg; Wapń: 1005.47 mg; Fosfor: 1375.12 mg; Błonnik pokarmowy: 28.25 g; suma cukrów prostych: 75.94 g; Woda: 1448.61 g; Popiół: 37.19 g;		
sobota 2025-03-01 Dieta: H. DIETA PŁYNNAMIKSOWANA /III/		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *),	Zupa wiosenna miksowana z masłem mięsem i żółtkiem 1000ml (GLU, MLE, SEL, *), Mięso mielone 80g, Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 150g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml,	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL), Posiłek nocny: Suchary z herbatą 150ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2452.91 kcal; Energia: 8016.51 kJ; Białko ogółem: 149.35 g; białko zwierzęce: 79.62 g; białko roślinne: 23.40 g; Tłuszcz: 88.37 g; Węglowodany ogółem: 252.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.82 g; Sód: 985.13 mg; Potas: 5152.70 mg; Wapń: 1171.50 mg; Fosfor: 2136.20 mg; Błonnik pokarmowy: 27.88 g; suma cukrów prostych: 58.28 g; Woda: 1583.21 g; Popiół: 39.30 g;		
sobota 2025-03-01 Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA II GIN		
Kasza kukurydziana na mleku b/lakt 300ml (MLE), Kakao na mleku b/lakt 250ml (MLE), Bułka pszenna 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 20g (MLE), Szyunka z kotła 50g (SOJ, MLE, GOR, S02), Mozzarella 1/4 (30g) (MLE), Salata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Kompot owocowy 250ml, Zupa wiosenna z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Leczo z kurczakiem 300g (GLU, SEL), Ryż na sypko gotowany 200g, Szpinak 150g (GLU, MLE),	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Salata ziel. 10g, Posiłek nocny: Rogalik pszenny 1 szt. (GLU, *), Pasztet drobiowy 50g - 1/5 szt. (GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR),
Wartości odżywcze: Energia: 2323.49 kcal; Energia: 9028.78 kJ; Białko ogółem: 92.30 g; białko zwierzęce: 55.47 g; białko roślinne: 28.29 g; Tłuszcz: 82.46 g; Węglowodany ogółem: 280.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.51 g; Sód: 1994.46 mg; Potas: 3552.60 mg; Wapń: 845.73 mg; Fosfor: 1167.39 mg; Błonnik pokarmowy: 23.13 g; suma cukrów prostych: 79.10 g; Woda: 1162.10 g; Popiół: 35.88 g;		
sobota 2025-03-01 Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW VII GIN		
Kasza kukurydziana na mleku b/lakt 300ml (MLE), Kakao na mleku b/lakt 250ml (MLE), Bułka grahamka 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 20g (MLE), Szyunka z kotła 50g (SOJ, MLE, GOR, S02), Mozzarella 1/4 (30g) (MLE), Salata ziel. 10g, Banan 1 szt. , II Śniadanie: Mus owocowy 100g, Jogurt naturalny b/lakt 100g (MLE),	Kompot owocowy 250ml, Zupa wiosenna z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Leczo z kurczakiem 300g (GLU, SEL), Ryż na sypko gotowany 200g, Marchew oprószana gotowana 75g (GLU, MLE), Szpinak 75g (GLU, MLE),	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Salata ziel. 10g, Posiłek nocny: Rogalik pszenny 1 szt. (GLU, *), Pasztet drobiowy 50g - 1/5 szt. (GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR),
Wartości odżywcze: Energia: 2280.16 kcal; Energia: 8883.32 kJ; Białko ogółem: 92.28 g; białko zwierzęce: 57.58 g; białko roślinne: 25.90 g; Tłuszcz: 82.81 g; Węglowodany ogółem: 270.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.01 g; Sód: 1916.45 mg; Potas: 3556.66 mg; Wapń: 807.35 mg; Fosfor: 1169.14 mg; Błonnik pokarmowy: 23.62 g; suma cukrów prostych: 79.78 g; Woda: 1147.90 g; Popiół: 34.78 g;		


DIETETYK
 mgr Milena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-03-01		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. RADIOLOGICZNA IIRTI//		
Kasza kukurydz. na mleku 300ml (MLE), Kakao 250ml (MLE), Bułka weka H 100g (GLU), Masło ex 20g (MLE), Szyńka z kotła 50g (SOJ, MLE, GOR, S02), Mozzarella 1/4 (30g) (MLE), Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Zupa wiosenna z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Leczo z kurczakiem b/pomidorów 300g (GLU, SEL), Ryż na sypko gotowany 200g, Szpinak 150g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Rogalik pszenny 1 szt. (GLU, *), Pasztet drobiowy 50g - 1/5 szt. (GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR),
Wartości odżywcze: Energia: 2694.19 kcal; Energia: 10542.78 kJ; Białko ogółem: 102.76 g; białko zwierzęce: 55.57 g; białko roślinne: 38.65 g; Tłuszcz: 84.47 g; Węglowodany ogółem: 362.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.77 g; Sód: 2522.76 mg; Potas: 3942.40 mg; Wapń: 891.63 mg; Fosfor: 1354.79 mg; Błonnik pokarmowy: 30.97 g; suma cukrów prostych: 80.28 g; Woda: 1236.48 g; Popiół: 36.99 g;		
sobota 2025-03-01		
Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD RADIOLOGICZNA VII RTII//		
Kasza kukurydz. na mleku 300ml (MLE), Kakao 250ml (MLE), Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Szyńka z kotła 50g (SOJ, MLE, GOR, S02), Mozzarella 1/4 (30g) (MLE), Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. , II Śniadanie: Mus owocowy 100g, Jogurt naturalny 100g (1szt) (MLE),	Zupa wiosenna z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Leczo z kurczakiem b/pomidorów 300g (GLU, SEL), Ryż na sypko gotowany 200g, Marchew oprószana gotowana 75g (GLU, MLE), Szpinak 75g (GLU, MLE), Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Herbata H 250ml, Masło ex 20g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Pasztet drobiowy 50g - 1/5 szt. (GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR), Rogalik pszenny 1 szt. (GLU, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2401.36 kcal; Energia: 9354.12 kJ; Białko ogółem: 99.09 g; białko zwierzęce: 59.78 g; białko roślinne: 30.76 g; Tłuszcz: 84.22 g; Węglowodany ogółem: 294.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.32 g; Sód: 2221.57 mg; Potas: 4051.76 mg; Wapń: 1007.15 mg; Fosfor: 1404.54 mg; Błonnik pokarmowy: 28.56 g; suma cukrów prostych: 76.53 g; Woda: 1318.46 g; Popiół: 37.04 g;		


DIETETYK
 mgr Milena Kamińska

Jadospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-03-02		
Dieta: H. DIETA PODSTAWOWA III		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, JĘC, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta jajeczna z majonezem i koperkiem 100g (JAJ, GOR), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Grycikowa z ziel. pietruszką 400 ml (GLU, SEL, *), Filet drob. po parysku 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z olejem gotowane 75g, Sałata ziel. z olejem i sosem winegret (GLU, OZI, GOR, *), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Serek kanapkowy 50g (MLE), Szynka filet pieczony 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Galaretka warzywna z jajkiem 150g (GLU, SKR, JAJ, MLE, SEL, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2402.73 kcal; Energia: 10596.73 kJ; Białko ogółem: 108.28 g; białko zwierzęce: 74.76 g; białko roślinne: 25.26 g; Tłuszcz: 94.58 g; Węglowodany ogółem: 331.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.07 g; Sód: 1657.78 mg; Potas: 4214.61 mg; Wapń: 913.17 mg; Fosfor: 1754.20 mg; Błonnik pokarmowy: 25.88 g; suma cukrów prostych: 68.69 g; Woda: 1503.95 g; Popiół: 46.24 g;		
niedziela 2025-03-02		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA IIII		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, JĘC, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta jajeczna z majonezem i koperkiem 100g (JAJ, GOR), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Grycikowa z ziel. pietruszką 400 ml (GLU, SEL, *), Filet drob.w sosie duszony 80/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Serek kanapkowy 50g (MLE), Szynka filet pieczony 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Galaretka warzywna z jajkiem 150g (GLU, SKR, JAJ, MLE, SEL, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2431.61 kcal; Energia: 10559.18 kJ; Białko ogółem: 108.15 g; białko zwierzęce: 71.94 g; białko roślinne: 28.02 g; Tłuszcz: 90.22 g; Węglowodany ogółem: 336.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.20 g; Sód: 1616.56 mg; Potas: 4351.70 mg; Wapń: 907.41 mg; Fosfor: 1691.21 mg; Błonnik pokarmowy: 26.88 g; suma cukrów prostych: 72.77 g; Woda: 1496.47 g; Popiół: 46.02 g;		
niedziela 2025-03-02		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁUSZCZU IIIAI		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, JĘC, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Pasta z białka jaja z koperkiem 100g (JAJ), Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Grycikowa z ziel. pietruszką 400 ml (GLU, SEL, *), Filet drob.w sosie duszony 80/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Szynka filet pieczony 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Serek kanapkowy 50g (MLE), Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Galaretka warzywna z jajkiem 150g (GLU, SKR, JAJ, MLE, SEL, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2413.87 kcal; Energia: 10485.08 kJ; Białko ogółem: 111.67 g; białko zwierzęce: 70.99 g; białko roślinne: 32.49 g; Tłuszcz: 78.04 g; Węglowodany ogółem: 339.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.17 g; Sód: 1672.58 mg; Potas: 3730.06 mg; Wapń: 884.95 mg; Fosfor: 1599.97 mg; Błonnik pokarmowy: 21.51 g; suma cukrów prostych: 75.06 g; Woda: 1302.33 g; Popiół: 44.73 g;		
niedziela 2025-03-02		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. IIIBI		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, JĘC, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Pasta z białka jaja z koperkiem 100g (JAJ), Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. , II Śniadanie: Sok Sady Wincenta 1szt. 200ml ,	Grycikowa z ziel. pietruszką 400 ml (GLU, SEL, *), Filet drob.w sosie duszony 80/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Serek kanapkowy 50g (MLE), Szynka filet pieczony 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Galaretka warzywna z jajkiem 150g (GLU, SKR, JAJ, MLE, SEL, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2455.87 kcal; Energia: 10660.08 kJ; Białko ogółem: 111.77 g; białko zwierzęce: 70.99 g; białko roślinne: 32.59 g; Tłuszcz: 78.14 g; Węglowodany ogółem: 349.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.18 g; Sód: 1674.58 mg; Potas: 3840.06 mg; Wapń: 893.95 mg; Fosfor: 1605.97 mg; Błonnik pokarmowy: 21.51 g; suma cukrów prostych: 76.96 g; Woda: 1391.93 g; Popiół: 44.93 g;		

DIETETYK

mgr Milena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-03-02 Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. IV/II		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, JĘC, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta jajeczna z majonezem i koperkiem 100g (JAJ, GOR), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt., II Śniadanie: Sok Sady Wincenta 1szt. 200ml,	Grycikowa z ziel. pietruszką 400 ml (GLU, SEL, *), Filet drob.w sosie duszony 80/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z olejem gotowane 75g, Sałata ziel. z olejem i sosem winegret (GLU, OZI, GOR, *), Kompot owocowy b/c 250 ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Serek kanapkowy 50g (MLE), Szyinka filet pieczony 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Galaretka warzywna z jajkiem 150g (GLU, SKR, JAJ, MLE, SEL, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2293.73 kcal; Energia: 9962.67 kJ; Białko ogółem: 104.22 g; białko zwierzęce: 71.89 g; białko roślinne: 24.14 g; Tłuszcz: 92.05 g; Węglowodany ogółem: 299.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.89 g; Sód: 1378.42 mg; Potas: 4289.49 mg; Wapń: 897.87 mg; Fosfor: 1696.96 mg; Błonnik pokarmowy: 26.11 g; suma cukrów prostych: 58.92 g; Woda: 1551.76 g; Popiół: 45.47 g;		
niedziela 2025-03-02 Dieta: H. DIETA PLYNNA/MIKSOWANA III/II		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Sok Sady Wincenta 1szt. 200ml,	Grycikowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml (GLU, MLE, SEL), Mięso mielone 80g, Ziemniaki gotowane 200g, Buraczki z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL), Posiłek nocny: Biszkopty z mlekiem 150ml/40g (GLU, JAJ, MLE, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2405.21 kcal; Energia: 8397.34 kJ; Białko ogółem: 131.75 g; białko zwierzęce: 77.27 g; białko roślinne: 18.65 g; Tłuszcz: 106.44 g; Węglowodany ogółem: 230.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.74 g; Sód: 741.97 mg; Potas: 3893.07 mg; Wapń: 978.50 mg; Fosfor: 1901.86 mg; Błonnik pokarmowy: 16.82 g; suma cukrów prostych: 61.49 g; Woda: 1312.50 g; Popiół: 12.93 g;		
niedziela 2025-03-02 Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA II GIN		
Pł. jęczmienne na mleku b/lakt 300ml (GLU, JĘC, MLE, *), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta jajeczna z majonezem i koperkiem 100g (JAJ, GOR), Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt.,	Kompot owocowy 250ml, Grycikowa z ziel. pietruszką 400 ml (GLU, SEL, *), Filet drob.w sosie duszony 80/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z olejem gotowane 150g,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Serek kanapkowy b/lakt 50g (MLE), Szyinka filet pieczony 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Galaretka warzywna z jajkiem 150g (GLU, SKR, JAJ, MLE, SEL, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2384.71 kcal; Energia: 10214.68 kJ; Białko ogółem: 90.34 g; białko zwierzęce: 50.94 g; białko roślinne: 28.06 g; Tłuszcz: 96.76 g; Węglowodany ogółem: 292.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.11 g; Sód: 1468.35 mg; Potas: 3355.90 mg; Wapń: 534.91 mg; Fosfor: 1393.01 mg; Błonnik pokarmowy: 24.56 g; suma cukrów prostych: 58.47 g; Woda: 1042.07 g; Popiół: 42.90 g;		
niedziela 2025-03-02 Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW VII GIN		
Pł. jęczmienne na mleku b/lakt 300ml (GLU, JĘC, MLE, *), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta jajeczna z majonezem i koperkiem 100g (JAJ, GOR), Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt., II Śniadanie: Sok Sady Wincenta 1szt. 200ml,	Kompot owocowy 250ml, Grycikowa z ziel. pietruszką 400 ml (GLU, SEL, *), Filet drob.w sosie duszony 80/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Sałata ziel. z olejem i sosem winegret (GLU, OZI, GOR, *), Buraczki z olejem gotowane 75g,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Serek kanapkowy b/lakt 50g (MLE), Szyinka filet pieczony 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Galaretka warzywna z jajkiem 150g (GLU, SKR, JAJ, MLE, SEL, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2287.33 kcal; Energia: 9787.87 kJ; Białko ogółem: 86.41 g; białko zwierzęce: 50.89 g; białko roślinne: 24.18 g; Tłuszcz: 98.59 g; Węglowodany ogółem: 266.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.79 g; Sód: 1230.31 mg; Potas: 3293.89 mg; Wapń: 525.47 mg; Fosfor: 1398.76 mg; Błonnik pokarmowy: 23.79 g; suma cukrów prostych: 54.60 g; Woda: 1097.38 g; Popiół: 42.35 g;		

DIETETYK
mgr Milena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-03-02		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. RADIOLOGICZNA IIRTIII		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, JĘC, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta jajeczna z majonezem i koperkiem 100g (JAJ, GOR), Salata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Grycikowa z ziel. pietruszką 400 ml (GLU, SEL, *), Filet drob.w sosie duszony 80/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Serek kanapkowy 50g (MLE), Szyinka filet pieczony 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Salata ziel. 10g , Posiłek nocny: Galaretką warzywna z jajkiem 150g (GLU, SKR, JAJ, MLE, SEL, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2404.71 kcal; Energia: 10446.18 kJ; Białko ogółem: 108.19 g; białko zwierzęce: 71.94 g; białko roślinne: 28.06 g; Tłuszcz: 90.26 g; Węglowodany ogółem: 305.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.21 g; Sód: 1599.96 mg; Potas: 3772.90 mg; Wapń: 888.91 mg; Fosfor: 1648.01 mg; Błonnik pokarmowy: 24.56 g; suma cukrów prostych: 72.87 g; Woda: 1306.07 g; Popiół: 45.00 g;		
niedziela 2025-03-02		
Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD RADIOLOGICZNA VII RTIII		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, JĘC, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta jajeczna z majonezem i koperkiem 100g (JAJ, GOR), Salata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. , II Śniadanie: Sok Sady Wincenta 1szt. 200ml ,	Grycikowa z ziel. pietruszką 400 ml (GLU, SEL, *), Filet drob.w sosie duszony 80/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Salata ziel. z olejem i sosem winegret (GLU, OZI, GOR, *), Buraczki z olejem gotowane 75g, Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Herbata H 250ml, Masło ex 20g (MLE), Serek kanapkowy 50g (MLE), Szyinka filet pieczony 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Salata ziel. 10g , Posiłek nocny: Galaretką warzywna z jajkiem 150g (GLU, SKR, JAJ, MLE, SEL, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2266.83 kcal; Energia: 9849.67 kJ; Białko ogółem: 104.26 g; białko zwierzęce: 71.89 g; białko roślinne: 24.18 g; Tłuszcz: 92.09 g; Węglowodany ogółem: 269.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.89 g; Sód: 1361.82 mg; Potas: 3710.69 mg; Wapń: 879.37 mg; Fosfor: 1653.76 mg; Błonnik pokarmowy: 23.79 g; suma cukrów prostych: 59.02 g; Woda: 1361.36 g; Popiół: 44.45 g;		

DIETETYK
mgr *Milena Kamińska*

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-03-03		
Dieta: H. DIETA PODSTAWOWA III		
Ryż na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Kawa inka z mlekiem 250ml (<i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i>), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (<i>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</i>), Pieczywo graham H 50g (<i>GLU, MLE, *</i>), Masło ex 20g (<i>MLE</i>), Połudwica Premium 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Sałata ziel. 10g, Papryka św. 70g, Brzoskwinia z puszki 150g,	Zupa krem z dyni z grzankami 400ml (<i>GLU, MLE, SEL, *</i>), Klops w sosie pieczeniowym duszony 80/100 (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g (<i>GLU, JĘC</i>), Surówka z selera i jabłka z jogurtem i pietruszką 75g (<i>MLE, SEL</i>), Marchew oprószana gotowana 75g (<i>GLU, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (<i>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</i>), Pieczywo graham H 50g (<i>GLU, MLE, *</i>), Masło ex 20g (<i>MLE</i>), Sałatka jarzynowa b/ogórka 200g (<i>JAJ, MLE, SEL, *</i>), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek wiejski 150g (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2423.25 kcal; Energia: 10191.83 kJ; Białko ogółem: 105.84 g; białko zwierzęce: 56.97 g; białko roślinne: 41.72 g; Tłuszcz: 72.37 g; Węglowodany ogółem: 393.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.78 g; Sód: 1750.54 mg; Potas: 4728.11 mg; Wapń: 1176.49 mg; Fosfor: 1708.84 mg; Błonnik pokarmowy: 41.52 g; suma cukrów prostych: 74.52 g; Woda: 1599.25 g; Popiół: 17.42 g;		
poniedziałek 2025-03-03		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA IIII		
Ryż na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Kawa inka z mlekiem 250ml (<i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i>), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (<i>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</i>), Pieczywo graham H 50g (<i>GLU, MLE, *</i>), Masło ex 20g (<i>MLE</i>), Połudwica Premium 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Sałata ziel. 10g, Pomidor 70g, Brzoskwinia z puszki 150g,	Zupa krem z dyni z grzankami 400ml (<i>GLU, MLE, SEL, *</i>), Klops w sosie pieczeniowym duszony 80/100 (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g (<i>GLU, JĘC</i>), Marchew oprószana gotowana 150g (<i>GLU, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (<i>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</i>), Pieczywo graham H 50g (<i>GLU, MLE, *</i>), Masło ex 20g (<i>MLE</i>), Sałatka jarzynowa b/ogórka 200g (<i>JAJ, MLE, SEL, *</i>), Sałata ziel. 10g, Pomidor 70g, Posiłek nocny: Serek wiejski 150g (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2346.29 kcal; Energia: 10087.00 kJ; Białko ogółem: 103.80 g; białko zwierzęce: 56.99 g; białko roślinne: 39.74 g; Tłuszcz: 72.29 g; Węglowodany ogółem: 385.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.14 g; Sód: 1744.45 mg; Potas: 4605.11 mg; Wapń: 1140.73 mg; Fosfor: 1648.05 mg; Błonnik pokarmowy: 39.07 g; suma cukrów prostych: 72.36 g; Woda: 1565.52 g; Popiół: 16.72 g;		
poniedziałek 2025-03-03		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁUSZCZU IIIIAI		
Ryż na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Kawa inka z mlekiem 250ml (<i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i>), Bułka weka H 100g (<i>GLU, JAJ, MLE, *</i>), Masło ex 15g (<i>MLE</i>), Połudwica Premium 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL</i>), Twaróg krojony 30g (<i>MLE</i>), Sałata ziel. 10g, Brzoskwinia z puszki 150g,	Zupa krem z dyni z grzankami 400ml (<i>GLU, MLE, SEL, *</i>), Klops w sosie pieczeniowym duszony 80/100 (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g (<i>GLU, JĘC</i>), Marchew oprószana gotowana 150g (<i>GLU, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Bułka weka H 100g (<i>GLU, JAJ, MLE, *</i>), Masło ex 15g (<i>MLE</i>), Sałatka jarzynowa b/konserw 200g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek wiejski 150g (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2468.99 kcal; Energia: 10652.93 kJ; Białko ogółem: 113.08 g; białko zwierzęce: 55.81 g; białko roślinne: 43.19 g; Tłuszcz: 70.00 g; Węglowodany ogółem: 384.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.86 g; Sód: 1638.53 mg; Potas: 4216.84 mg; Wapń: 949.30 mg; Fosfor: 1628.91 mg; Błonnik pokarmowy: 33.48 g; suma cukrów prostych: 75.82 g; Woda: 1455.68 g; Popiół: 15.45 g;		
poniedziałek 2025-03-03		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. IIIBI		
Ryż na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Kawa inka z mlekiem 250ml (<i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i>), Bułka weka H 100g (<i>GLU, JAJ, MLE, *</i>), Masło ex 15g (<i>MLE</i>), Połudwica Premium 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL</i>), Twaróg krojony 30g (<i>MLE</i>), Sałata ziel. 10g, Brzoskwinia z puszki 150g, II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml (*),	Zupa krem z dyni z grzankami 400ml (<i>GLU, MLE, SEL, *</i>), Klops w sosie pieczeniowym duszony 80/100 (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g (<i>GLU, JĘC</i>), Marchew oprószana gotowana 150g (<i>GLU, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Bułka weka H 100g (<i>GLU, JAJ, MLE, *</i>), Masło ex 15g (<i>MLE</i>), Sałatka jarzynowa b/konserw 200g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek wiejski 150g (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2493.49 kcal; Energia: 10755.93 kJ; Białko ogółem: 115.58 g; białko zwierzęce: 55.81 g; białko roślinne: 43.27 g; Tłuszcz: 70.02 g; Węglowodany ogółem: 391.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.86 g; Sód: 1638.78 mg; Potas: 4236.09 mg; Wapń: 952.30 mg; Fosfor: 1632.66 mg; Błonnik pokarmowy: 33.98 g; suma cukrów prostych: 80.25 g; Woda: 1474.10 g; Popiół: 15.50 g;		

DIETETYK
mgr Milena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-03-03 Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. NIII		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Połędwica Premium 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL), Ser żółty 30g (MLE), Sałata ziel. 10g, Papryka św. 70g, Brzoskwinia z puszki 150g, II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem i jogurtem 200g (GLU, OWI, MLE, SEZ),	Zupa krem z dyni z grzankami 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Klops w sosie pieczeniowym duszony 80/100 (GLU, JAJ, MLE), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g (GLU, JĘC), Surówka z selera i jabłka z jogurtem i pietruszką 75g (MLE, SEL), Marchew oprószana gotowana 75g (GLU, MLE), Kompot owocowy b/c 250 ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Sałatka jarzynowa b/ogórka 200g (JAJ, MLE, SEL, *), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek wiejski 150g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2440.55 kcal; Energia: 10374.76 kJ; Białko ogółem: 105.11 g; białko zwierzęce: 56.92 g; białko roślinne: 42.64 g; Tłuszcz: 74.60 g; Węglowodany ogółem: 376.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.90 g; Sód: 1611.50 mg; Potas: 5105.59 mg; Wapń: 1393.08 mg; Fosfor: 1988.64 mg; Błonnik pokarmowy: 44.29 g; suma cukrów prostych: 76.53 g; Woda: 1729.17 g; Popiół: 18.55 g;		
poniedziałek 2025-03-03 Dieta: H. DIETA PŁYNNAMIKSOWANA IIII		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml (*),	Zupa krem z dyni 1000ml (GLU, MLE, SEL, *), Mięso mielone 80g, Ziemniaki gotowane 200g, Marchew oprószana gotowana 150g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml,	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL), Posiłek nocny: Serek wiejski miksowany 150g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 1478.49 kcal; Energia: 5478.01 kJ; Białko ogółem: 79.97 g; białko zwierzęce: 51.16 g; białko roślinne: 17.55 g; Tłuszcz: 40.41 g; Węglowodany ogółem: 203.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.05 g; Sód: 625.25 mg; Potas: 4154.49 mg; Wapń: 686.40 mg; Fosfor: 1275.00 mg; Błonnik pokarmowy: 22.13 g; suma cukrów prostych: 44.12 g; Woda: 1236.10 g; Popiół: 11.38 g;		
poniedziałek 2025-03-03 Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA II GIN		
Ryż na mleku b/lakt 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Połędwica Premium 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL), Ser żółty 30g (MLE), Sałata ziel. 10g, Brzoskwinia z puszki 150g,	Kompot owocowy 250ml, Zupa krem z dyni z grzankami 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Klops w sosie pieczeniowym duszony 80/100 (GLU, JAJ, MLE), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g (GLU, JĘC), Marchew oprószana gotowana 150g (GLU, MLE),	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Sałatka jarzynowa b/ogórka 200g (JAJ, MLE, SEL, *), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek wiejski b/lakt 150g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2419.29 kcal; Energia: 10211.70 kJ; Białko ogółem: 103.22 g; białko zwierzęce: 39.49 g; białko roślinne: 41.08 g; Tłuszcz: 74.93 g; Węglowodany ogółem: 360.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.17 g; Sód: 1619.90 mg; Potas: 3687.61 mg; Wapń: 828.83 mg; Fosfor: 1418.45 mg; Błonnik pokarmowy: 37.03 g; suma cukrów prostych: 60.19 g; Woda: 1149.04 g; Popiół: 14.06 g;		
poniedziałek 2025-03-03 Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW VII GIN		
Ryż na mleku b/lakt 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Połędwica Premium 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL), Ser żółty 30g (MLE), Sałata ziel. 10g, Brzoskwinia z puszki 150g, II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem i jogurtem b/lakt 200g (GLU, OWI, MLE, SEZ),	Kompot owocowy 250ml, Zupa krem z dyni z grzankami 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Klops w sosie pieczeniowym duszony 80/100 (GLU, JAJ, MLE), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g (GLU, JĘC), Marchew oprószana gotowana 75g (GLU, MLE), Kalafior z wody gotowany 75g,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Sałatka jarzynowa b/ogórka 200g (JAJ, MLE, SEL, *), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek wiejski b/lakt 150g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2479.00 kcal; Energia: 10390.86 kJ; Białko ogółem: 106.55 g; białko zwierzęce: 42.22 g; białko roślinne: 42.88 g; Tłuszcz: 78.50 g; Węglowodany ogółem: 359.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.73 g; Sód: 1372.70 mg; Potas: 3789.84 mg; Wapń: 828.08 mg; Fosfor: 1548.79 mg; Błonnik pokarmowy: 39.12 g; suma cukrów prostych: 65.25 g; Woda: 1180.48 g; Popiół: 14.32 g;		

DIETETYK
mgr Milena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-03-03		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. RADIOLOGICZNA IIRTIII/		
Ryż na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Kawa inka z mlekiem 250ml (<i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i>), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (<i>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</i>), Pieczywo graham H 50g (<i>GLU, MLE, *</i>), Masło ex 20g (<i>MLE</i>), Połędwica Premium 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Sałata ziel. 10g, Brzoskwinia z puszki 150g,	Zupa krem z dyni z grzankami 400ml (<i>GLU, MLE, SEL, *</i>), Klops w sosie pieczeniowym duszony 80/100 (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g (<i>GLU, JĘC</i>), Marchew oprószana gotowana 150g (<i>GLU, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (<i>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</i>), Pieczywo graham H 50g (<i>GLU, MLE, *</i>), Masło ex 20g (<i>MLE</i>), Sałatka jarzynowa b/ogórka 200g (<i>JAJ, MLE, SEL, *</i>), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek wiejski 150g (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2314.79 kcal; Energia: 9954.70 kJ; Białko ogółem: 103.80 g; białko zwierzęce: 56.99 g; białko roślinne: 39.74 g; Tłuszcz: 72.29 g; Węglowodany ogółem: 353.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.14 g; Sód: 1727.65 mg; Potas: 4012.91 mg; Wapń: 1121.83 mg; Fosfor: 1603.95 mg; Błonnik pokarmowy: 36.55 g; suma cukrów prostych: 72.15 g; Woda: 1366.44 g; Popiół: 15.67 g;		
poniedziałek 2025-03-03		
Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD RADIOLOGICZNA VII RTIII/		
Ryż na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Kawa inka z mlekiem 250ml (<i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i>), Pieczywo graham H 100g (<i>GLU, MLE, *</i>), Masło ex 20g (<i>MLE</i>), Połędwica Premium 50g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Sałata ziel. 10g, Brzoskwinia z puszki 150g, II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem i jogurtem 200g (<i>GLU, OWI, MLE, SEZ</i>),	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 400ml (<i>GLU, MLE, SEL, *</i>), Klops w sosie pieczeniowym duszony 80/100 (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g (<i>GLU, JĘC</i>), Marchew oprószana gotowana 75g (<i>GLU, MLE</i>), Kalafior z wody gotowany 75g, Kompot owocowy b/c 250 ml,	Pieczywo graham H 100g (<i>GLU, MLE, *</i>), Herbata H 250ml, Masło ex 20g (<i>MLE</i>), Sałatka jarzynowa b/ogórka 200g (<i>JAJ, MLE, SEL, *</i>), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek wiejski 150g (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2333.36 kcal; Energia: 9990.39 kJ; Białko ogółem: 102.81 g; białko zwierzęce: 57.19 g; białko roślinne: 40.07 g; Tłuszcz: 74.76 g; Węglowodany ogółem: 338.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.43 g; Sód: 1545.61 mg; Potas: 4204.72 mg; Wapń: 1300.30 mg; Fosfor: 1856.40 mg; Błonnik pokarmowy: 36.59 g; suma cukrów prostych: 72.97 g; Woda: 1458.99 g; Popiół: 16.74 g;		


DIETETYK
mgr  Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-03-04 Dieta: H. DIETA PODSTAWOWA III		
Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, OWI, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Jajecznica 100g (JAJ, MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Gruszka 1szt. ,	Szpinakowa 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Kotlet schabowy smażony 100g (GLU, JAJ, OZI, ORZ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Brokuły gotowane 75g, Surówka z kapusty czerwonej 75g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasztet drobiowy 50g - 1/5 szt. (GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR), Szynka z indyka 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g (1szt) (MLE), Mus owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2416.58 kcal; Energia: 11203.83 kJ; Białko ogółem: 109.11 g; białko zwierzęce: 67.93 g; białko roślinne: 33.32 g; Tłuszcz: 86.15 g; Węglowodany ogółem: 351.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.13 g; Sód: 1800.83 mg; Potas: 5043.99 mg; Wapń: 1080.57 mg; Fosfor: 1945.63 mg; Błonnik pokarmowy: 29.82 g; suma cukrów prostych: 65.05 g; Woda: 1697.85 g; Popiół: 18.96 g;		
wtorek 2025-03-04 Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA IIII		
Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, OWI, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Jajecznica 100g (JAJ, MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Gruszka 1szt. ,	Szpinakowa 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Bitka schab. w sosie pieczeniowym duszona 80/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Brokuły gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasztet drobiowy 50g - 1/5 szt. (GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR), Szynka z indyka 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Sałata ziel. 10g, Pomidor 70g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g (1szt) (MLE), Mus owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2239.23 kcal; Energia: 10730.38 kJ; Białko ogółem: 108.01 g; białko zwierzęce: 68.63 g; białko roślinne: 31.61 g; Tłuszcz: 81.62 g; Węglowodany ogółem: 315.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.08 g; Sód: 1670.86 mg; Potas: 5088.07 mg; Wapń: 1071.10 mg; Fosfor: 1949.39 mg; Błonnik pokarmowy: 28.10 g; suma cukrów prostych: 63.39 g; Woda: 1685.80 g; Popiół: 18.84 g;		
wtorek 2025-03-04 Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁUSZCZU IIIAI		
Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, OWI, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Jajecznica 100g (JAJ, MLE), Sałata ziel. 10g, Gruszka gotowana 1 szt ,	Szpinakowa 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Bitka schab. w sosie pieczeniowym duszona 80/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Brokuły gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Szynka z indyka 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g (JAJ, SEL, GOR), Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g (1szt) (MLE), Mus owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2374.76 kcal; Energia: 11074.02 kJ; Białko ogółem: 108.74 g; białko zwierzęce: 65.36 g; białko roślinne: 36.40 g; Tłuszcz: 79.51 g; Węglowodany ogółem: 320.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.01 g; Sód: 1570.33 mg; Potas: 4613.09 mg; Wapń: 1057.73 mg; Fosfor: 1857.28 mg; Błonnik pokarmowy: 25.09 g; suma cukrów prostych: 67.42 g; Woda: 1511.20 g; Popiół: 17.38 g;		
wtorek 2025-03-04 Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. IIIBI		
Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, OWI, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Jajecznica 100g (JAJ, MLE), Sałata ziel. 10g, Gruszka gotowana 1 szt , II Śniadanie: Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *),	Szpinakowa 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Bitka schab. w sosie pieczeniowym duszona 80/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Brokuły gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Szynka z indyka 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g (JAJ, SEL, GOR), Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g (1szt) (MLE), Mus owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2537.49 kcal; Energia: 11848.50 kJ; Białko ogółem: 122.79 g; białko zwierzęce: 79.36 g; białko roślinne: 36.45 g; Tłuszcz: 83.53 g; Węglowodany ogółem: 345.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.41 g; Sód: 1658.84 mg; Potas: 4892.62 mg; Wapń: 1297.64 mg; Fosfor: 2033.06 mg; Błonnik pokarmowy: 25.13 g; suma cukrów prostych: 84.28 g; Woda: 1688.72 g; Popiół: 18.82 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-03-04 Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VIII		
Pł. owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, OWI, MLE</i>), Kawa inka z mlekiem 250ml (<i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i>), Pieczywo graham H 100g (<i>GLU, MLE, *</i>), Masło ex 20g (<i>MLE</i>), Jajecznicza 100g (<i>JAJ, MLE</i>), Pomidor 70g, Jabłko des. 1 szt., II Śniadanie: Szynka filet pieczony 50g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pieczywo graham H 100g (<i>GLU, MLE, *</i>),	Szpinakowa 400ml (<i>GLU, MLE, SEL, *</i>), Bitka schab. w sosie pieczeniowym duszona 80/100 (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Brokuły gotowane 75g, Surówka z kapusty czerwonej 75g, Kompot owocowy b/c 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (<i>GLU, MLE, *</i>), Masło ex 20g (<i>MLE</i>), Paszтет drobiowy 50g - 1/5 szt. (<i>GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR</i>), Szynka z indyka 50g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, *</i>), Pomidor 70g, Salata ziel. 10g, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g (1szt) (<i>MLE</i>), Mus owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia: 2233.88 kcal; Energia: 10701.85 kJ; Białko ogółem: 117.81 g; białko zwierzęce: 68.63 g; białko roślinne: 31.90 g; Tłuszcz: 85.89 g; Węglowodany ogółem: 297.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.27 g; Sód: 1673.41 mg; Potas: 5130.02 mg; Wapń: 1063.65 mg; Fosfor: 2009.82 mg; Błonnik pokarmowy: 30.90 g; suma cukrów prostych: 54.91 g; Woda: 1676.41 g; Popiół: 19.03 g;		
wtorek 2025-03-04 Dieta: H. DIETA PŁYNNA/MIKSOWANA /III/		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500 ml (<i>GLU, MLE</i>), II Śniadanie: Budyń waniliowy 200ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *</i>),	Szpinakowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Mięso mielone 80g, Ziemniaki gotowane 200g, Brokuły gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (<i>JAJ, SEL</i>), Posiłek nocny: Suchary z mlekiem 150ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 1772.28 kcal; Energia: 7143.46 kJ; Białko ogółem: 113.88 g; białko zwierzęce: 82.57 g; białko roślinne: 22.48 g; Tłuszcz: 47.65 g; Węglowodany ogółem: 235.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.54 g; Sód: 991.57 mg; Potas: 4680.47 mg; Wapń: 1146.73 mg; Fosfor: 1800.50 mg; Błonnik pokarmowy: 20.40 g; suma cukrów prostych: 59.70 g; Woda: 1568.95 g; Popiół: 15.84 g;		
wtorek 2025-03-04 Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA II GIN		
Pł. owsiane na mleku b/lakt 300ml (<i>GLU, OWI, MLE</i>), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml (<i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i>), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (<i>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</i>), Pieczywo graham H 50g (<i>GLU, MLE, *</i>), Masło ex 20g (<i>MLE</i>), Jajecznicza 100g (<i>JAJ, MLE</i>), Salata ziel. 10g, Gruszka gotowana 1 szt.,	Kompot owocowy 250ml, Szpinakowa 400ml (<i>GLU, MLE, SEL, *</i>), Bitka schab. w sosie pieczeniowym duszona 80/100 (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Brokuły gotowane 150g,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (<i>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</i>), Pieczywo graham H 50g (<i>GLU, MLE, *</i>), Masło ex 20g (<i>MLE</i>), Paszтет drobiowy 50g - 1/5 szt. (<i>GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR</i>), Szynka z indyka 50g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, *</i>), Salata ziel. 10g, Posiłek nocny: Jogurt naturalny b/lakt 100g (<i>MLE</i>), Mus owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia: 2055.23 kcal; Energia: 9842.08 kJ; Białko ogółem: 88.61 g; białko zwierzęce: 48.98 g; białko roślinne: 31.61 g; Tłuszcz: 76.17 g; Węglowodany ogółem: 267.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.94 g; Sód: 1481.14 mg; Potas: 3948.37 mg; Wapń: 587.20 mg; Fosfor: 1570.79 mg; Błonnik pokarmowy: 25.58 g; suma cukrów prostych: 45.58 g; Woda: 1180.22 g; Popiół: 15.04 g;		
wtorek 2025-03-04 Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW VII GIN		
Pł. owsiane na mleku b/lakt 300ml (<i>GLU, OWI, MLE</i>), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml (<i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i>), Pieczywo graham H 100g (<i>GLU, MLE, *</i>), Masło ex 20g (<i>MLE</i>), Jajecznicza 100g (<i>JAJ, MLE</i>), Salata ziel. 10g, Gruszka gotowana 1 szt., II Śniadanie: Szynka filet pieczony 50g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Pieczywo graham H 100g (<i>GLU, MLE, *</i>),	Kompot owocowy 250ml, Szpinakowa 400ml (<i>GLU, MLE, SEL, *</i>), Bitka schab. w sosie pieczeniowym duszona 80/100 (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Brokuły gotowane 75g, Cukinia gotowana 75g,	Herbata 250ml, Pieczywo graham H 100g (<i>GLU, MLE, *</i>), Masło ex 20g (<i>MLE</i>), Paszтет drobiowy 50g - 1/5 szt. (<i>GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR</i>), Szynka z indyka 50g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, *</i>), Salata ziel. 10g, Posiłek nocny: Jogurt naturalny b/lakt 100g (<i>MLE</i>), Mus owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia: 2054.98 kcal; Energia: 9840.03 kJ; Białko ogółem: 98.47 g; białko zwierzęce: 48.98 g; białko roślinne: 31.96 g; Tłuszcz: 77.56 g; Węglowodany ogółem: 256.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.93 g; Sód: 1479.29 mg; Potas: 4018.27 mg; Wapń: 577.40 mg; Fosfor: 1650.84 mg; Błonnik pokarmowy: 27.85 g; suma cukrów prostych: 40.13 g; Woda: 1201.46 g; Popiół: 15.19 g;		


DIETETYK
 mgr Milena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-03-04		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. RADIOLOGICZNA IIRTI//		
Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, OWI, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Jajecznicza 100g (JAJ, MLE), Sałata ziel. 10g, Gruszka gotowana 1 szt,	Szpinakowa 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Bitka schab. w sosie pieczeniowym duszona 80/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Brokuły gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasztet drobiowy 50g - 1/5 szt. (GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR), Szyńka z indyka 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g (1szt) (MLE), Mus owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia: 2207.73 kcal; Energia: 10598.08 kJ; Białko ogółem: 108.01 g; białko zwierzęce: 68.63 g; białko roślinne: 31.61 g; Tłuszcz: 81.62 g; Węglowodany ogółem: 283.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.08 g; Sód: 1654.06 mg; Potas: 4495.87 mg; Wapń: 1052.20 mg; Fosfor: 1905.29 mg; Błonnik pokarmowy: 25.58 g; suma cukrów prostych: 63.18 g; Woda: 1486.72 g; Popiół: 17.79 g;		
wtorek 2025-03-04		
Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD RADIOLOGICZNA VII RTII//		
Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, OWI, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Jajecznicza 100g (JAJ, MLE), Sałata ziel. 10g, Gruszka gotowana 1 szt, II Śniadanie: Szyńka filet pieczony 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *),	Szpinakowa 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Bitka schab. w sosie pieczeniowym duszona 80/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Brokuły gotowane 75g, Cukinia gotowana 75g, Kompot owocowy b/c 250 ml,	Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Herbata H 250ml, Masło ex 20g (MLE), Pasztet drobiowy 50g - 1/5 szt. (GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR), Szyńka z indyka 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g (1szt) (MLE), Mus owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia: 2187.23 kcal; Energia: 10511.18 kJ; Białko ogółem: 117.87 g; białko zwierzęce: 68.63 g; białko roślinne: 31.96 g; Tłuszcz: 83.01 g; Węglowodany ogółem: 267.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.07 g; Sód: 1652.16 mg; Potas: 4565.67 mg; Wapń: 1042.35 mg; Fosfor: 1985.34 mg; Błonnik pokarmowy: 27.85 g; suma cukrów prostych: 52.74 g; Woda: 1507.95 g; Popiół: 17.94 g;		


DIETETYK
 mgr Milena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-03-05		
Dieta: H. DIETA PODSTAWOWA III		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kakao 250ml (MLE), Bułka pszenna 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 20g (MLE), Twarożek z koperkiem 100g (MLE), Papryka św. 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Pierogi z serem na słodko z polewą owocową 300/100 (GLU, MLE, *), Surówka z marchwi z brzoskwinia 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Ser topiony plastry 3 szt. (MLE), Pasztet sojowy 55g - 1/2 szt. (SOJ, GOR, *), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Kefir 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2186.68 kcal; Energia: 7281.56 kJ; Białko ogółem: 104.74 g; białko zwierzęce: 53.64 g; białko roślinne: 17.72 g; Tłuszcz: 72.41 g; Węglowodany ogółem: 311.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.05 g; Sód: 1280.01 mg; Potas: 3595.17 mg; Wapń: 1469.21 mg; Fosfor: 1490.54 mg; Błonnik pokarmowy: 23.25 g; suma cukrów prostych: 83.84 g; Woda: 1467.80 g; Popiół: 13.70 g;		
środa 2025-03-05		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA IIII		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kakao 250ml (MLE), Bułka pszenna 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 20g (MLE), Twarożek z koperkiem 100g (MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Pierogi z serem na słodko z polewą owocową 300/100 (GLU, MLE, *), Surówka z marchwi z brzoskwinia 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Ser topiony plastry 3 szt. (MLE), Pasztet sojowy 55g - 1/2 szt. (SOJ, GOR, *), Sałata ziel. 10g, Pomidor 70g , Posiłek nocny: Kefir 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2112.43 kcal; Energia: 7187.94 kJ; Białko ogółem: 103.11 g; białko zwierzęce: 53.64 g; białko roślinne: 16.16 g; Tłuszcz: 71.73 g; Węglowodany ogółem: 305.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.05 g; Sód: 1284.77 mg; Potas: 3585.25 mg; Wapń: 1463.05 mg; Fosfor: 1475.39 mg; Błonnik pokarmowy: 22.11 g; suma cukrów prostych: 82.83 g; Woda: 1458.14 g; Popiół: 13.51 g;		
środa 2025-03-05		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁUSZCZU IIIIAI		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kakao 250ml (MLE), Bułka pszenna 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 15g (MLE), Twarożek z koperkiem 100g (MLE), Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Pierogi z serem na słodko z polewą owocową 300/100 (GLU, MLE, *), Brzoskwinia z puszki 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Serek grani 50g (MLE), Pasztet sojowy 55g - 1/2 szt. (SOJ, GOR, *), Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Kefir 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 1965.66 kcal; Energia: 6721.34 kJ; Białko ogółem: 97.66 g; białko zwierzęce: 46.02 g; białko roślinne: 18.34 g; Tłuszcz: 53.22 g; Węglowodany ogółem: 295.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.21 g; Sód: 828.25 mg; Potas: 2807.04 mg; Wapń: 1215.50 mg; Fosfor: 1107.11 mg; Błonnik pokarmowy: 15.27 g; suma cukrów prostych: 88.08 g; Woda: 1221.59 g; Popiół: 11.08 g;		
środa 2025-03-05		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. IIIBI		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kakao 250ml (MLE), Bułka pszenna 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 15g (MLE), Twarożek z koperkiem 100g (MLE), Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. , II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml (*),	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Pierogi z serem na słodko z polewą owocową 300/100 (GLU, MLE, *), Brzoskwinia z puszki 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Serek grani 50g (MLE), Pasztet sojowy 55g - 1/2 szt. (SOJ, GOR, *), Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Kefir 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 1990.16 kcal; Energia: 6824.34 kJ; Białko ogółem: 100.16 g; białko zwierzęce: 46.02 g; białko roślinne: 18.41 g; Tłuszcz: 53.24 g; Węglowodany ogółem: 301.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.21 g; Sód: 828.50 mg; Potas: 2826.29 mg; Wapń: 1218.50 mg; Fosfor: 1110.86 mg; Błonnik pokarmowy: 15.77 g; suma cukrów prostych: 92.50 g; Woda: 1240.02 g; Popiół: 11.13 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-03-05 Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kakao 250ml (MLE), Bułka grahamka 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 20g (MLE), Twarożek z koperkiem 100g (MLE), Papryka św. 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt., II Śniadanie: Sałatka z brokuła z jajkiem i mozzarellą 200g (JAJ, MLE, GOR),	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Udko w sosie koperkowym duszone 130/100 H (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Fasolka szparagowa 75g (ŁUB), Surówka z kapusty pekińskiej 75g (GLU, OZI, GOR, *), Kompot owocowy b/c 250 ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Ser topiony plastry 3 szt. (MLE), Pasztet sojowy 55g - 1/2 szt. (SOJ, GOR, *), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Kefir 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2487.82 kcal; Energia: 9817.44 kJ; Białko ogółem: 105.40 g; białko zwierzęce: 87.04 g; białko roślinne: 26.75 g; Tłuszcz: 107.36 g; Węglowodany ogółem: 250.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.77 g; Sód: 1479.17 mg; Potas: 5277.41 mg; Wapń: 1454.71 mg; Fosfor: 2103.51 mg; Błonnik pokarmowy: 29.97 g; suma cukrów prostych: 66.33 g; Woda: 1877.48 g; Popiół: 18.96 g;		
środa 2025-03-05 Dieta: H. DIETA PLYNNA/MIKSOWANA /III/		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml (*),	Barszcz czerwony miskowany z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Mięso mielone 80g, Ziemniaki gotowane 200g, Fasolka szparagowa 150g (ŁUB), Kompot owocowy 250ml,	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL), Posiłek nocny: Twarożek płynny 150g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 1679.19 kcal; Energia: 6629.05 kJ; Białko ogółem: 102.89 g; białko zwierzęce: 74.54 g; białko roślinne: 17.08 g; Tłuszcz: 50.31 g; Węglowodany ogółem: 191.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.95 g; Sód: 791.49 mg; Potas: 4230.30 mg; Wapń: 935.59 mg; Fosfor: 1831.92 mg; Błonnik pokarmowy: 20.37 g; suma cukrów prostych: 49.54 g; Woda: 1403.53 g; Popiół: 13.68 g;		
środa 2025-03-05 Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA II GIN		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kakao na mleku b/lakt 250ml (MLE), Bułka pszenna 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 20g (MLE), Twarożek z koperkiem b/lakt 100g (MLE), Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt.	Kompot owocowy 250ml, Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Pierogi z serem na słodko z polewą owocową b/lakt 300/100 (GLU, MLE, *), Brzoskwinia z puszki 150g,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Ser topiony plastry b/lakt 3 szt. (MLE), Pasztet sojowy 55g - 1/2 szt. (SOJ, GOR, *), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Jogurt natur. b/laktozy 1 szt. (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 1996.13 kcal; Energia: 6814.66 kJ; Białko ogółem: 114.40 g; białko zwierzęce: 43.14 g; białko roślinne: 16.10 g; Tłuszcz: 68.00 g; Węglowodany ogółem: 273.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.66 g; Sód: 608.86 mg; Potas: 2389.31 mg; Wapń: 825.03 mg; Fosfor: 725.63 mg; Błonnik pokarmowy: 16.79 g; suma cukrów prostych: 73.68 g; Woda: 972.39 g; Popiół: 8.72 g;		
środa 2025-03-05 Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW VII GIN		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kakao na mleku b/lakt 250ml (MLE), Bułka grahamka 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 20g (MLE), Twarożek z koperkiem b/lakt 100g (MLE), Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt., II Śniadanie: Sałatka z brokuła z jajkiem i mozzarellą 200g (JAJ, MLE, GOR),	Kompot owocowy 250ml, Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Udko w sosie koperkowym duszone 130/100 H (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Fasolka szparagowa 75g (ŁUB), Jarzynka z wody gotowana 75g (SEL),	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Ser topiony plastry b/lakt 3 szt. (MLE), Pasztet sojowy 55g - 1/2 szt. (SOJ, GOR, *), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Jogurt natur. b/laktozy 1 szt. (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2444.56 kcal; Energia: 9538.55 kJ; Białko ogółem: 113.02 g; białko zwierzęce: 74.39 g; białko roślinne: 25.43 g; Tłuszcz: 101.42 g; Węglowodany ogółem: 238.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.45 g; Sód: 955.48 mg; Potas: 4599.88 mg; Wapń: 1037.12 mg; Fosfor: 1489.99 mg; Błonnik pokarmowy: 28.58 g; suma cukrów prostych: 69.84 g; Woda: 1505.48 g; Popiół: 14.70 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-03-05		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. RADIOLOGICZNA IIRTIII		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kakao 250ml (MLE), Bułka weka H 100g (GLU), Masło ex 20g (MLE), Twarożek z koperkiem 100g (MLE), Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Pierogi z serem na słodko z polewą owocową 300/100 (GLU, MLE, *), Brzoskwinia z puszki 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Ser topiony plastry 3 szt. (MLE), Pasztet sojowy 55g - 1/2 szt. (SOJ, GOR, *), Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g (1szt) (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2437.91 kcal; Energia: 8671.19 kJ; Białko ogółem: 113.19 g; białko zwierzęce: 54.14 g; białko roślinne: 25.74 g; Tłuszcz: 73.64 g; Węglowodany ogółem: 360.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.03 g; Sód: 1685.15 mg; Potas: 3099.79 mg; Wapń: 1267.10 mg; Fosfor: 1603.31 mg; Błonnik pokarmowy: 23.12 g; suma cukrów prostych: 90.81 g; Woda: 1254.79 g; Popiół: 13.82 g;		
środa 2025-03-05		
Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD RADIOLOGICZNA VII RTIII		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kakao 250ml (MLE), Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Twarożek z koperkiem 100g (MLE), Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. , II Śniadanie: Sałatka z brokuła z jajkiem i mozzarellą 200g (JAJ, MLE, GOR),	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Udko w sosie koperkowym duszone 130/100 H (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Fasolka szparagowa 75g (ŁUB), Jarzynka z wody gotowana 75g (SEL), Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Herbata H 250ml, Masło ex 20g (MLE), Ser topiony plastry 3 szt. (MLE), Pasztet sojowy 55g - 1/2 szt. (SOJ, GOR, *), Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g (1szt) (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2581.84 kcal; Energia: 10119.88 kJ; Białko ogółem: 108.67 g; białko zwierzęce: 87.49 g; białko roślinne: 29.57 g; Tłuszcz: 107.56 g; Węglowodany ogółem: 257.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.59 g; Sód: 1682.75 mg; Potas: 5015.66 mg; Wapń: 1293.09 mg; Fosfor: 2171.67 mg; Błonnik pokarmowy: 32.01 g; suma cukrów prostych: 71.34 g; Woda: 1711.06 g; Popiół: 18.95 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-03-06		
Dieta: H. DIETA PODSTAWOWA III		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Szyunka z kotła 30g (SOJ, MLE, GOR, S02), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Brzoskwinia z puszki 150g,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Pyzy z mięsem 6szt./300g (GLU, *), Szpinak 75g (GLU, MLE), Surówka wielowarzywna b/o 75g (*), Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta ryбно twarogowa z majonezem i pietruszką 100g (GLU, SKR, RYB, JĘC, OWI, MLE, *), Papryka św. 70g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek homog.waniliowy 1szt (MLE, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2236.34 kcal; Energia: 8212.85 kJ; Białko ogółem: 101.62 g; białko zwierzęce: 61.91 g; białko roślinne: 27.66 g; Tłuszcz: 70.13 g; Węglowodany ogółem: 343.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.29 g; Sód: 1654.24 mg; Potas: 3914.43 mg; Wapń: 1017.01 mg; Fosfor: 1594.50 mg; Błonnik pokarmowy: 26.43 g; suma cukrów prostych: 66.70 g; Woda: 1428.31 g; Popiół: 15.67 g;		
czwartek 2025-03-06		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA IIII		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Szyunka z kotła 30g (SOJ, MLE, GOR, S02), Sałata ziel. 10g, Pomidor 70g, Brzoskwinia z puszki 150g,	Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Pyzy z mięsem 6szt./300g (GLU, *), Szpinak 150g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta ryбно twarogowa z majonezem i pietruszką 100g (GLU, SKR, RYB, JĘC, OWI, MLE, *), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek homog.waniliowy 1szt (MLE, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2159.95 kcal; Energia: 7715.49 kJ; Białko ogółem: 100.61 g; białko zwierzęce: 62.10 g; białko roślinne: 26.25 g; Tłuszcz: 68.20 g; Węglowodany ogółem: 322.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.61 g; Sód: 1612.27 mg; Potas: 3242.91 mg; Wapń: 996.31 mg; Fosfor: 1458.76 mg; Błonnik pokarmowy: 21.61 g; suma cukrów prostych: 64.43 g; Woda: 1246.10 g; Popiół: 14.51 g;		
czwartek 2025-03-06		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁUSZCZU IIIAI		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Pasta z białka jaja z koperkiem 50g (JAJ), Szyunka z kotła 30g (SOJ, MLE, GOR, S02), Sałata ziel. 10g, Brzoskwinia z puszki 150g,	Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Pyzy z mięsem 6szt./300g (GLU, *), Szpinak 150g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Pasta ryбно twarogowa z majonezem i pietruszką 100g (GLU, SKR, RYB, JĘC, OWI, MLE, *), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek homog.waniliowy 1szt (MLE, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2297.98 kcal; Energia: 8293.54 kJ; Białko ogółem: 104.54 g; białko zwierzęce: 61.35 g; białko roślinne: 30.93 g; Tłuszcz: 66.41 g; Węglowodany ogółem: 340.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.69 g; Sód: 1756.18 mg; Potas: 2934.69 mg; Wapń: 990.18 mg; Fosfor: 1401.04 mg; Błonnik pokarmowy: 17.55 g; suma cukrów prostych: 66.92 g; Woda: 1152.23 g; Popiół: 14.07 g;		
czwartek 2025-03-06		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. IIIBI		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Szyunka z kotła 30g (SOJ, MLE, GOR, S02), Pasta z białka jaja z koperkiem 50g (JAJ), Sałata ziel. 10g, Brzoskwinia z puszki 150g, II Śniadanie: Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *),	Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Pyzy z mięsem 6szt./300g (GLU, *), Szpinak 150g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Pasta ryбно twarogowa z majonezem i pietruszką 100g (GLU, SKR, RYB, JĘC, OWI, MLE, *), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek homog.waniliowy 1szt (MLE, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2460.71 kcal; Energia: 9068.02 kJ; Białko ogółem: 118.59 g; białko zwierzęce: 75.35 g; białko roślinne: 30.98 g; Tłuszcz: 70.43 g; Węglowodany ogółem: 366.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.09 g; Sód: 1844.69 mg; Potas: 3214.22 mg; Wapń: 1230.09 mg; Fosfor: 1576.82 mg; Błonnik pokarmowy: 17.58 g; suma cukrów prostych: 83.78 g; Woda: 1329.74 g; Popiół: 15.51 g;		

DIETETYK

mgr Milena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Sniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-03-06		
Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VIII/		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Szyńka z kotła 30g (SOJ, MLE, GOR, S02), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Brzoskwinia z puszki 150g, II Śniadanie: Jogurt naturalny z musli 200g (GLU, OZI, JĘC, OWI, MLE, ORZ, *),	Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Pyzy z mięsem 6szt./300g (GLU, *), Szpinak 75g (GLU, MLE), Surówka wielowarzywna b/o 75g (*), Kompot owocowy b/c 250 ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta ryбно twarogowa z majonezem i pietruszką 100g (GLU, SKR, RYB, JĘC, OWI, MLE, *), Papryka św. 70g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek homog.naturalny 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2308.00 kcal; Energia: 7459.51 kJ; Białko ogółem: 107.10 g; białko zwierzęce: 65.63 g; białko roślinne: 24.67 g; Tłuszcz: 71.09 g; Węglowodany ogółem: 336.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.60 g; Sód: 1468.16 mg; Potas: 3756.89 mg; Wapń: 1134.72 mg; Fosfor: 1762.96 mg; Błonnik pokarmowy: 24.82 g; suma cukrów prostych: 61.58 g; Woda: 1431.77 g; Popiół: 15.12 g;		
czwartek 2025-03-06		
Dieta: H. DIETA PŁYNNAMIKROWANA /VIII/		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500 ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *),	Gospodarska mikrowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Mięso mielone 80g, Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 150g (GLU, MLE),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL), Posiłek nocny: Serek homog.waniliowy 1szt (MLE, *),
Wartości odżywcze: Energia: 1584.67 kcal; Energia: 6335.86 kJ; Białko ogółem: 100.89 g; białko zwierzęce: 73.06 g; białko roślinne: 19.07 g; Tłuszcz: 48.38 g; Węglowodany ogółem: 181.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.53 g; Sód: 794.26 mg; Potas: 4051.26 mg; Wapń: 998.24 mg; Fosfor: 1597.45 mg; Błonnik pokarmowy: 17.08 g; suma cukrów prostych: 39.89 g; Woda: 1339.36 g; Popiół: 14.31 g;		
czwartek 2025-03-06		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA II GIN		
Kasza kukurydziana na mleku b/lakt 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Szyńka z kotła 30g (SOJ, MLE, GOR, S02), Sałata ziel. 10g, Brzoskwinia z puszki 150g,	Kompot owocowy 250ml, Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Pyzy z mięsem 6szt./300g (GLU, *), Szpinak 150g (GLU, MLE),	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta ryбно twarogowa z pietruszką b/lak 100g (GLU, SKR, RYB, JĘC, OWI, MLE, *), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Bieluch waniliowy b/lakt 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2160.50 kcal; Energia: 7601.24 kJ; Białko ogółem: 94.11 g; białko zwierzęce: 41.10 g; białko roślinne: 26.25 g; Tłuszcz: 69.62 g; Węglowodany ogółem: 308.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.07 g; Sód: 1481.92 mg; Potas: 2540.21 mg; Wapń: 642.46 mg; Fosfor: 1124.91 mg; Błonnik pokarmowy: 20.35 g; suma cukrów prostych: 50.57 g; Woda: 888.92 g; Popiół: 11.84 g;		
czwartek 2025-03-06		
Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW VII GIN		
Kasza kukurydziana na mleku b/lakt 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Szyńka z kotła 30g (SOJ, MLE, GOR, S02), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Sałata ziel. 10g, Brzoskwinia z puszki 150g, II Śniadanie: Jogurt naturalny b/lak z musli 200g (GLU, OZI, JĘC, OWI, MLE, ORZ, *),	Kompot owocowy 250ml, Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Pyzy z mięsem 6szt./300g (GLU, *), Kalafior z wody gotowany 75g, Szpinak 75g (GLU, MLE),	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta ryбно twarogowa z pietruszką b/lak 100g (GLU, SKR, RYB, JĘC, OWI, MLE, *), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Bieluch naturalny b/lakt 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2228.51 kcal; Energia: 7018.23 kJ; Białko ogółem: 100.11 g; białko zwierzęce: 43.18 g; białko roślinne: 23.27 g; Tłuszcz: 70.88 g; Węglowodany ogółem: 303.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.31 g; Sód: 1255.99 mg; Potas: 2504.59 mg; Wapń: 589.39 mg; Fosfor: 1281.48 mg; Błonnik pokarmowy: 20.24 g; suma cukrów prostych: 49.70 g; Woda: 876.69 g; Popiół: 10.77 g;		

D I E T E T Y K
mgr Miłena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-03-06		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. RADIOLOGICZNA IIRTIII		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Szyńka z kotła 30g (SOJ, MLE, GOR, S02), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Sałata ziel. 10g, Brzoskwinia z puszki 150g,	Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Pyzy z mięsem 6szt./300g (GLU, *), Szpinak 150g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Twarożek z pietruszką 100g (MLE), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek homog. waniliowy 1szt (MLE, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2126.37 kcal; Energia: 7576.81 kJ; Białko ogółem: 95.69 g; białko zwierzęce: 57.10 g; białko roślinne: 26.34 g; Tłuszcz: 65.47 g; Węglowodany ogółem: 308.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.53 g; Sód: 1451.65 mg; Potas: 2813.51 mg; Wapń: 913.92 mg; Fosfor: 1334.79 mg; Błonnik pokarmowy: 20.38 g; suma cukrów prostych: 66.01 g; Woda: 1150.29 g; Popiół: 13.36 g;		
czwartek 2025-03-06		
Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD RADIOLOGICZNA VII RTIII		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Szyńka z kotła 30g (SOJ, MLE, GOR, S02), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Sałata ziel. 10g, Brzoskwinia z puszki 150g, II Śniadanie: Jogurt naturalny z musli 200g (GLU, OZI, JĘC, OWI, MLE, ORZ, *),	Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Pyzy z mięsem 6szt./300g (GLU, *), Kalańki z wody gotowany 75g, Szpinak 75g (GLU, MLE), Kompot owocowy b/c 250 ml,	Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Herbata H 250ml, Masło ex 20g (MLE), Twarożek z pietruszką 100g (MLE), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek homog. naturalny 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2196.38 kcal; Energia: 7009.10 kJ; Białko ogółem: 100.90 g; białko zwierzęce: 60.63 g; białko roślinne: 23.46 g; Tłuszcz: 64.68 g; Węglowodany ogółem: 309.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.29 g; Sód: 1282.44 mg; Potas: 2956.69 mg; Wapń: 994.75 mg; Fosfor: 1588.36 mg; Błonnik pokarmowy: 20.57 g; suma cukrów prostych: 62.56 g; Woda: 1223.74 g; Popiół: 13.19 g;		

DIETETYK
mgr Milena Kamińska