

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-03-22</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWA/II</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE, *), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Dżem 50g (*), Serek grani 50g (MLE), Sałata ziel. 35g, Pomidor 60g, Banan 1 szt. ,	Szpinakowa 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Ryba smażona 80g morszczuk (GLU, JAJ, RYB, OZI, ORZ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Jarzynka po grecku 75g (GLU, SEL, *), Surówka z kapusty kiszanej 75g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Sałatka ziemniaczana z szynką 200g (JAJ, SOJ, GOR, *), Ogórek kons. 80g (GOR), <b>Posiłek nocny:</b> Galaretko owocowa z jabłkiem prażonym 150g (GLU, *),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2682.85 kcal; Energia: 10742.08 kJ; Białko ogółem: 75.73 g; białko zwierzęce: 35.35 g; białko roślinne: 37.72 g; Tłuszcz: 88.70 g; Węglowodany ogółem: 399.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.38 g; Sód: 2249.56 mg; Potas: 5460.29 mg; Wapń: 692.01 mg; Fosfor: 1408.62 mg; Błonnik pokarmowy: 36.89 g; suma cukrów prostych: 109.79 g; Woda: 1566.27 g; Popiół: 19.74 g;		
<b>piątek 2024-03-22</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRWA III</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Dżem 50g (*), Serek grani 50g (MLE), Sałata ziel. 35g, Pomidor 60g, Banan 1 szt. , Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR),	Szpinakowa 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Ryba w sosie koperk. duszona 80/120 morszczuk (GLU, RYB, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Jarzynka po grecku 150g (GLU, SEL, *), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Sałatka ziemniaczana z szynką 200g (JAJ, SOJ, GOR, *), Pomidor 80g, , <b>Posiłek nocny:</b> Galaretko owocowa z jabłkiem prażonym 150g (GLU, *),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2562.12 kcal; Energia: 10166.08 kJ; Białko ogółem: 79.92 g; białko zwierzęce: 42.40 g; białko roślinne: 34.82 g; Tłuszcz: 80.74 g; Węglowodany ogółem: 393.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.46 g; Sód: 1452.86 mg; Potas: 5618.22 mg; Wapń: 681.87 mg; Fosfor: 1414.03 mg; Błonnik pokarmowy: 35.59 g; suma cukrów prostych: 109.96 g; Woda: 1554.98 g; Popiół: 17.81 g;		
<b>piątek 2024-03-22</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Dżem 50g (*), Serek grani 50g (MLE), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, Banan 1 szt. , Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR),	Szpinakowa 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Ryba w sosie koperk. duszona 80/120 morszczuk (GLU, RYB, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Jarzynka po grecku 150g (GLU, SEL, *), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Masło ex 15g (MLE), Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Sałatka ziemniaczana z szynką 200g (JAJ, SOJ, GOR, *), Pomidor 80g, , <b>Posiłek nocny:</b> Galaretko owocowa z jabłkiem prażonym 150g (GLU, *),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2713.72 kcal; Energia: 10802.68 kJ; Białko ogółem: 83.77 g; białko zwierzęce: 41.65 g; białko roślinne: 39.42 g; Tłuszcz: 78.94 g; Węglowodany ogółem: 427.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.53 g; Sód: 1604.56 mg; Potas: 5580.82 mg; Wapń: 680.87 mg; Fosfor: 1374.73 mg; Błonnik pokarmowy: 32.55 g; suma cukrów prostych: 112.54 g; Woda: 1548.53 g; Popiół: 17.75 g;		
<b>piątek 2024-03-22</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Dżem 50g (*), Serek grani 50g (MLE), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, Banan 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy 150ml (*),	Szpinakowa 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Ryba w sosie koperk. duszona 80/120 morszczuk (GLU, RYB, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Jarzynka po grecku 150g (GLU, SEL, *), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Sałatka ziemniaczana z szynką 200g (JAJ, SOJ, GOR, *), Pomidor 80g, , <b>Posiłek nocny:</b> Galaretko owocowa z jabłkiem prażonym 150g (GLU, *),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2763.21 kcal; Energia: 11010.04 kJ; Białko ogółem: 85.57 g; białko zwierzęce: 42.15 g; białko roślinne: 39.46 g; Tłuszcz: 83.08 g; Węglowodany ogółem: 430.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.87 g; Sód: 1605.14 mg; Potas: 5592.08 mg; Wapń: 683.23 mg; Fosfor: 1377.28 mg; Błonnik pokarmowy: 32.81 g; suma cukrów prostych: 114.87 g; Woda: 1558.91 g; Popiół: 17.78 g;		

  
**Urszula Przepióra**  
 dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-03-22</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA /VI/</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 125ml ( <b>MLE</b> ), Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Dżem 50g ( <b>*</b> ), Serek grani 50g ( <b>MLE</b> ), Ser żółty 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g, Banan 1 szt. ,	Szpinakowa 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w sosie koperk. duszona 80/120 morszczuk ( <b>GLU, RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Jarzynka po grecku 150g ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka ziemniaczana z szynką 200g ( <b>JAJ, SOJ, GOR, *</b> ), Ser topiony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 80g , <b>Posiłek nocny:</b> Galaretką owocową z jabłkiem prażonym 150g ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2747.07 kcal; Energia: 11206.46 kJ; Białko ogółem: 91.48 g; białko zwierzęce: 63.37 g; białko roślinne: 34.82 g; Tłuszcz: 94.35 g; Węglowodany ogółem: 380.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.28 g; Sód: 2330.79 mg; Potas: 5667.35 mg; Wapń: 1274.39 mg; Fosfor: 1964.09 mg; Błonnik pokarmowy: 35.45 g; suma cukrów prostych: 95.53 g; Woda: 1595.89 g; Popiół: 21.50 g;		
<b>piątek 2024-03-22</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 125ml ( <b>MLE</b> ), Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka gotowana 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Serek grani 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g, Banan 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Sok wielowarzywny 1szt. 300ml ,	Szpinakowa 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w sosie koperk. duszona 80/120 morszczuk ( <b>GLU, RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Jarzynka po grecku 75g ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Surówka z kapusty kiszzonej 75g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka ziemniaczana z szynką 200g ( <b>JAJ, SOJ, GOR, *</b> ), Ogórek kons. 80g ( <b>GOR</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Galaretką drobiową 150g ( <b>SKR, JAJ, SEL</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2601.89 kcal; Energia: 10201.94 kJ; Białko ogółem: 125.45 g; białko zwierzęce: 90.79 g; białko roślinne: 34.38 g; Tłuszcz: 93.56 g; Węglowodany ogółem: 342.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.95 g; Sód: 3073.02 mg; Potas: 5990.35 mg; Wapń: 740.09 mg; Fosfor: 1647.17 mg; Błonnik pokarmowy: 39.51 g; suma cukrów prostych: 69.55 g; Woda: 1643.69 g; Popiół: 20.81 g;		
<b>piątek 2024-03-22</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA PŁYNNA /VIII/</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Kawa inka z mlekiem 125ml ( <b>MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy 200ml ( <b>*</b> ),	Krupnik miksowany z masłem, mięsem i żółtkiem 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>JAJ, SEL</b> ), Sałatka ziemniaczana z szynką 200g ( <b>JAJ, SOJ, GOR, *</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Twarożek płynny 150g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1718.64 kcal; Energia: 7792.98 kJ; Białko ogółem: 76.11 g; białko zwierzęce: 61.89 g; białko roślinne: 15.54 g; Tłuszcz: 75.07 g; Węglowodany ogółem: 170.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.94 g; Sód: 1139.50 mg; Potas: 4169.37 mg; Wapń: 1116.73 mg; Fosfor: 2216.33 mg; Błonnik pokarmowy: 14.58 g; suma cukrów prostych: 39.94 g; Woda: 1072.18 g; Popiół: 15.18 g;		
<b>piątek 2024-03-22</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA BILAKTOZY /III/</b>		
Kasza manna na mleku b/lakt 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem b/lakt 125ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Dżem 50g ( <b>*</b> ), Serek kanapkowy b/lakt 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 80g, Banan 1 szt. , Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ),	Szpinakowa 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w sosie koperk. duszona 80/120 morszczuk ( <b>GLU, RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Jarzynka po grecku 150g ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka ziemniaczana z szynką 200g ( <b>JAJ, SOJ, GOR, *</b> ), Pomidor b/skórki 80g, <b>Posiłek nocny:</b> Galaretką owocową z jabłkiem prażonym 150g ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2529.12 kcal; Energia: 9970.18 kJ; Białko ogółem: 82.39 g; białko zwierzęce: 47.59 g; białko roślinne: 34.60 g; Tłuszcz: 80.28 g; Węglowodany ogółem: 394.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.77 g; Sód: 1481.66 mg; Potas: 5481.12 mg; Wapń: 627.77 mg; Fosfor: 1370.43 mg; Błonnik pokarmowy: 33.73 g; suma cukrów prostych: 108.04 g; Woda: 1506.30 g; Popiół: 17.00 g;		

Dietetyk

**Urszula Przepióra**  
dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-03-23</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWA II</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kakao 125ml ( <b>MLE</b> ), Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Bułka pszenna 100g, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twarożek z burakiem 50g ( <b>MLE</b> ), Polędwica drobiowa 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Papryka św. 60g, Sałata ziel. 20g, Jabłko des. 1 szt. ,	Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Gulasz wieprzowo - warzywny 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Sałata z jogurtem ( <b>MLE</b> ), Surówka z marchwi i jabłka 75g ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z kurczaka i brokuła z majonezem 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), Papryka św. 60g, Sałata ziel. 20g , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 1 szt. ( <b>MLE</b> ), Rogalik ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2482.63 kcal; Energia: 9923.44 kJ; Białko ogółem: 79.77 g; białko zwierzęce: 48.65 g; białko roślinne: 33.38 g; Tłuszcz: 96.91 g; Węglowodany ogółem: 329.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.32 g; Sód: 886.13 mg; Potas: 4195.38 mg; Wapń: 978.41 mg; Fosfor: 1543.59 mg; Błonnik pokarmowy: 30.57 g; suma cukrów prostych: 85.25 g; Woda: 1370.32 g; Popiół: 55.49 g;		
<b>sobota 2024-03-23</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRWA III</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kakao 125ml ( <b>MLE</b> ), Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Bułka pszenna 100g, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twarożek z burakiem 50g ( <b>MLE</b> ), Polędwica drobiowa 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Sałata z olejem, Pomarańcza 1 szt. ,	Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Gulasz wieprzowo - warzywny 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Sałata z jogurtem ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z kurczaka i brokuła z majonezem 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g, Jogurt owocowy 1 szt. ( <b>MLE</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Rogalik ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2484.78 kcal; Energia: 9914.76 kJ; Białko ogółem: 76.13 g; białko zwierzęce: 48.65 g; białko roślinne: 29.74 g; Tłuszcz: 100.23 g; Węglowodany ogółem: 354.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.55 g; Sód: 845.13 mg; Potas: 3945.73 mg; Wapń: 992.41 mg; Fosfor: 1511.36 mg; Błonnik pokarmowy: 26.72 g; suma cukrów prostych: 86.09 g; Woda: 1286.33 g; Popiół: 55.41 g;		
<b>sobota 2024-03-23</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kakao 125ml ( <b>MLE</b> ), Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Bułka pszenna 100g, Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Polędwica drobiowa 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Twarożek z burakiem 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Gulasz wieprzowo - warzywny 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Sałata z jogurtem ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Pasta z kurczaka i brokuła z majonezem 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g , <b>Posiłek nocny:</b> Rogalik, Jogurt owocowy 1 szt. ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2443.78 kcal; Energia: 9816.31 kJ; Białko ogółem: 77.65 g; białko zwierzęce: 48.17 g; białko roślinne: 31.74 g; Tłuszcz: 92.03 g; Węglowodany ogółem: 346.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.93 g; Sód: 953.78 mg; Potas: 3924.13 mg; Wapń: 928.41 mg; Fosfor: 1482.46 mg; Błonnik pokarmowy: 26.11 g; suma cukrów prostych: 83.36 g; Woda: 1268.34 g; Popiół: 55.03 g;		
<b>sobota 2024-03-23</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kakao 125ml ( <b>MLE</b> ), Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Bułka pszenna 100g, Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Polędwica drobiowa 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Twarożek z burakiem 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 60g, Pomarańcza 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Serek wiejski 200g ( <b>MLE</b> ),	Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Gulasz wieprzowo - warzywny 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Sałata z jogurtem ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 150g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Pasta z kurczaka i brokuła z majonezem 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g , <b>Posiłek nocny:</b> Rogalik, Jogurt owocowy 1 szt. ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2785.83 kcal; Energia: 12955.11 kJ; Białko ogółem: 93.55 g; białko zwierzęce: 108.47 g; białko roślinne: 36.14 g; Tłuszcz: 98.41 g; Węglowodany ogółem: 412.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.66 g; Sód: 1246.13 mg; Potas: 5092.18 mg; Wapń: 1034.91 mg; Fosfor: 2128.56 mg; Błonnik pokarmowy: 26.29 g; suma cukrów prostych: 88.70 g; Woda: 1390.04 g; Popiół: 58.63 g;		

  
 Urszula Przepióra  
 dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-03-23</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA IVI</b>		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Kakao 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Bułka pszenna 100g, Masło ex 20g (MLE), Polędwica drobiowa 50g (SOJ, *), Twarożek z burakiem 50g (MLE), Hummus 1 szt. (SEL, GOR, *), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g, Jabłko des. 1 szt. ,	Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Gulasz wieprzowo - warzywny 80/120 (GLU, MLE, SEL, *), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g (GLU), Sałata z jogurtem (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (MLE), Pasta z kurczaka i brokuła z majonezem 100g (JAJ, GOR), Ser topiony plastry 3 szt. (MLE), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g , <b>Posiłek nocny:</b> Rogalik, Jogurt owocowy 1 szt. (MLE),
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2773.38 kcal; Energia: 10026.51 kJ; Białko ogółem: 97.24 g; białko zwierzęce: 55.40 g; białko roślinne: 30.30 g; Tłuszcz: 119.64 g; Węglowodany ogółem: 329.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.91 g; Sód: 1266.47 mg; Potas: 3917.93 mg; Wapń: 1109.66 mg; Fosfor: 1771.16 mg; Błonnik pokarmowy: 30.92 g; suma cukrów prostych: 68.18 g; Woda: 1280.23 g; Popiół: 56.33 g;</p>		
<b>sobota 2024-03-23</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII</b>		
Kakao 125ml (MLE), Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Bułka grahamka 100g, Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Masło ex 20g (MLE), Polędwica drobiowa 50g (SOJ, *), Twarożek z burakiem 50g (MLE), Papryka św. 60g, Sałata ziel. 20g, Jabłko des. 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Serek wiejski 200g (MLE),	Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Gulasz wieprzowo - warzywny 80/120 (GLU, MLE, SEL, *), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g (GLU), Sałata z jogurtem (MLE), Surówka z marchwi i jabłka 75g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta z kurczaka i brokuła z majonezem 100g (JAJ, GOR), Papryka św. 60g, Sałata ziel. 20g , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 1 szt. (MLE), Rogalik ,
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2506.88 kcal; Energia: 11878.19 kJ; Białko ogółem: 88.79 g; białko zwierzęce: 105.92 g; białko roślinne: 32.13 g; Tłuszcz: 101.09 g; Węglowodany ogółem: 312.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.50 g; Sód: 874.63 mg; Potas: 5051.63 mg; Wapń: 959.91 mg; Fosfor: 2097.09 mg; Błonnik pokarmowy: 30.92 g; suma cukrów prostych: 79.72 g; Woda: 1420.47 g; Popiół: 57.71 g;</p>		
<b>sobota 2024-03-23</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA PŁYNNA II/II</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Kakao 125ml (MLE), <b>II Śniadanie:</b> Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *),	Jarzynowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml (GLU, JAJ, SEL, *),	Gospodarska miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), <b>Posiłek nocny:</b> Suchary z mlekiem 150ml (GLU, JAJ, MLE, *),
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1491.39 kcal; Energia: 6548.58 kJ; Białko ogółem: 65.86 g; białko zwierzęce: 41.16 g; białko roślinne: 15.51 g; Tłuszcz: 58.97 g; Węglowodany ogółem: 211.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.05 g; Sód: 949.11 mg; Potas: 3370.79 mg; Wapń: 1310.28 mg; Fosfor: 1734.03 mg; Błonnik pokarmowy: 12.50 g; suma cukrów prostych: 58.34 g; Woda: 952.78 g; Popiół: 13.07 g;</p>		
<b>sobota 2024-03-23</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA B/LAKTOZY IIII</b>		
Makaron na mleku b/lakt 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kakao na mleku b/lak 125 ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Bułka pszenna 100g, Masło ex 20g (MLE), Twarożek z burakiem 50g (MLE), Polędwica drobiowa 50g (SOJ, *), Pomidor b/skórki 60g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Gulasz wieprzowo - warzywny 80/120 (GLU, MLE, SEL, *), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g (GLU), Buraczki z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta z kurczaka i brokuła z majonezem 100g (JAJ, GOR), Pomidor b/skórki 80g , <b>Posiłek nocny:</b> Rogalik, Dżem 2 szt. 50g ,
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2520.49 kcal; Energia: 10043.82 kJ; Białko ogółem: 72.10 g; białko zwierzęce: 40.05 g; białko roślinne: 33.72 g; Tłuszcz: 95.16 g; Węglowodany ogółem: 360.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.98 g; Sód: 838.14 mg; Potas: 4011.76 mg; Wapń: 693.39 mg; Fosfor: 1274.43 mg; Błonnik pokarmowy: 29.04 g; suma cukrów prostych: 111.72 g; Woda: 1167.70 g; Popiół: 53.86 g;</p>		

Dietetyk

Urszula Przepióra  
...dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-03-24</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWA/II</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 125ml ( <b>MLE</b> ), Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta ryбно twarogowa z koperkiem 100g ( <b>MLE, *</b> ), Ogórek kiszony 60g, Sałata ziel. 20g, Pomarańcza 1 szt. ,	Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Kottlet schabowy smażony 100g ( <b>GLU, JAJ, OZI, ORZ</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 75g ( <b>GLU, MLE</b> ), Surówka z selera i jabłka 75g ( <b>MLE, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), schab z kotła 50g ( <b>MLE, *</b> ), Ser topiony 50g ( <b>MLE</b> ), Ogórek św. 60g , Sałata ziel. 20g , <b>Posiłek nocny:</b> De-serek z musem owocowym 1 szt. ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2483.46 kcal; Energia: 11162.53 kJ; Białko ogółem: 96.33 g; białko zwierzęce: 52.19 g; białko roślinne: 32.33 g; Tłuszcz: 84.19 g; Węglowodany ogółem: 369.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.77 g; Sód: 2617.57 mg; Potas: 4119.36 mg; Wapń: 1024.16 mg; Fosfor: 1944.71 mg; Błonnik pokarmowy: 28.60 g; suma cukrów prostych: 59.65 g; Woda: 1307.26 g; Popiół: 18.12 g;		
<b>niedziela 2024-03-24</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRWA III</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 125ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta ryбно twarogowa z koperkiem 100g ( <b>MLE, *</b> ), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g, Pomarańcza 1 szt. ,	Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Bitka schab. w sosie własnym duszona 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 150g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), schab z kotła 50g ( <b>MLE, *</b> ), Ser topiony 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g , <b>Posiłek nocny:</b> De-serek z musem owocowym 1 szt. ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2579.95 kcal; Energia: 11526.82 kJ; Białko ogółem: 95.34 g; białko zwierzęce: 52.97 g; białko roślinne: 32.95 g; Tłuszcz: 84.95 g; Węglowodany ogółem: 395.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.38 g; Sód: 2247.29 mg; Potas: 4297.43 mg; Wapń: 1032.19 mg; Fosfor: 1889.40 mg; Błonnik pokarmowy: 26.55 g; suma cukrów prostych: 58.18 g; Woda: 1295.82 g; Popiół: 18.18 g;		
<b>niedziela 2024-03-24</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 125ml ( <b>MLE</b> ), Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Pasta ryбно twarogowa z koperkiem 100g ( <b>MLE, *</b> ), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Bitka schab. w sosie własnym duszona 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 150g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), schab z kotła 50g ( <b>MLE, *</b> ), Serek kanapkowy śmietankowy 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g , <b>Posiłek nocny:</b> De-serek z musem owocowym 1 szt. ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2454.45 kcal; Energia: 10878.22 kJ; Białko ogółem: 93.44 g; białko zwierzęce: 52.92 g; białko roślinne: 35.35 g; Tłuszcz: 75.10 g; Węglowodany ogółem: 369.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.56 g; Sód: 1948.89 mg; Potas: 4099.43 mg; Wapń: 825.09 mg; Fosfor: 1600.70 mg; Błonnik pokarmowy: 22.75 g; suma cukrów prostych: 57.92 g; Woda: 1251.52 g; Popiół: 15.82 g;		
<b>niedziela 2024-03-24</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 125ml ( <b>MLE</b> ), Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Pasta ryбно twarogowa z koperkiem 100g ( <b>MLE, *</b> ), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g, Jabłko gotowane 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Sok Kubuś 1 szt. 300ml ,	Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Bitka schab. w sosie własnym duszona 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 150g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), schab z kotła 50g ( <b>MLE, *</b> ), Serek kanapkowy śmietankowy 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g , <b>Posiłek nocny:</b> De-serek z musem owocowym 1 szt. ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2580.45 kcal; Energia: 11023.81 kJ; Białko ogółem: 94.64 g; białko zwierzęce: 52.92 g; białko roślinne: 35.62 g; Tłuszcz: 75.70 g; Węglowodany ogółem: 396.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.62 g; Sód: 1951.89 mg; Potas: 4178.84 mg; Wapń: 833.91 mg; Fosfor: 1608.64 mg; Błonnik pokarmowy: 23.63 g; suma cukrów prostych: 64.89 g; Woda: 1330.31 g; Popiół: 15.90 g;		

  
 Urszula Przepióra  
 dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-03-24</b> <span style="float: right;"><b>Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA VI</b></span>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 125ml ( <b>MLE</b> ), Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta ryбно twarogowa z koperkiem 100g ( <b>MLE, *</b> ), Polędwica drobiowa 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g, Pomarańcza 1 szt. ,	Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Bitka schab. w sosie własnym duszona 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 150g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), schab z kotła 50g ( <b>MLE, *</b> ), Ser topiony 50g ( <b>MLE</b> ), Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, <b>Posiłek nocny:</b> De-serek z mussem owocowym 1 szt. ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2704.45 kcal; Energia: 11272.27 kJ; Białko ogółem: 104.52 g; białko zwierzęce: 52.97 g; białko roślinne: 32.95 g; Tłuszcz: 91.97 g; Węglowodany ogółem: 388.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.32 g; Sód: 2247.42 mg; Potas: 4297.13 mg; Wapń: 1032.04 mg; Fosfor: 1889.40 mg; Błonnik pokarmowy: 28.97 g; suma cukrów prostych: 43.21 g; Woda: 1295.79 g; Popiół: 18.18 g;		
<b>niedziela 2024-03-24</b> <span style="float: right;"><b>Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII</b></span>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 125ml ( <b>MLE</b> ), Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta ryбно twarogowa z koperkiem 100g ( <b>MLE, *</b> ), Ogórek kiszony 60g, Sałata ziel. 20g, Pomarańcza 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy z jabłkiem 200g B/C (*),	Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Bitka schab. w sosie własnym duszona 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 75g ( <b>GLU, MLE</b> ), Surówka z selera i jabłka 75g ( <b>MLE, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), schab z kotła 50g ( <b>MLE, *</b> ), Ser topiony 50g ( <b>MLE</b> ), Ogórek św. 60g, Sałata ziel. 20g, <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 200g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2272.21 kcal; Energia: 12028.09 kJ; Białko ogółem: 95.47 g; białko zwierzęce: 113.45 g; białko roślinne: 28.26 g; Tłuszcz: 82.51 g; Węglowodany ogółem: 308.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 57.03 g; Sód: 2398.00 mg; Potas: 5245.71 mg; Wapń: 1067.22 mg; Fosfor: 2547.72 mg; Błonnik pokarmowy: 29.46 g; suma cukrów prostych: 64.15 g; Woda: 1464.18 g; Popiół: 20.71 g;		
<b>niedziela 2024-03-24</b> <span style="float: right;"><b>Dieta: GR. DIETA PŁYNNA IIIII</b></span>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Kawa inka z mlekiem 125ml ( <b>MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy 200ml (*),	Pomidorowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>JAJ, SEL</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Suchary z herbatą 150ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1343.35 kcal; Energia: 5368.06 kJ; Białko ogółem: 57.27 g; białko zwierzęce: 41.92 g; białko roślinne: 11.35 g; Tłuszcz: 57.89 g; Węglowodany ogółem: 156.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.07 g; Sód: 867.39 mg; Potas: 2884.20 mg; Wapń: 870.07 mg; Fosfor: 1503.99 mg; Błonnik pokarmowy: 12.40 g; suma cukrów prostych: 33.31 g; Woda: 668.58 g; Popiół: 10.86 g;		
<b>niedziela 2024-03-24</b> <span style="float: right;"><b>Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA BILAKTOZY IIII</b></span>		
Pł. owsiane na mleku b/lakt 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem b/lakt 125ml, Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta ryбно twarogowa z koperkiem b/lak 100g ( <b>MLE, *</b> ), Pomidor b/skórki 80g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Bitka schab. w sosie własnym duszona 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 150g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), schab z kotła 50g ( <b>MLE, *</b> ), Ser topiony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 80g b/skórki, <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski b/lakt 200g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2302.25 kcal; Energia: 12146.32 kJ; Białko ogółem: 92.07 g; białko zwierzęce: 111.21 g; białko roślinne: 30.95 g; Tłuszcz: 83.38 g; Węglowodany ogółem: 303.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 57.14 g; Sód: 2117.69 mg; Potas: 4996.63 mg; Wapń: 919.99 mg; Fosfor: 2391.00 mg; Błonnik pokarmowy: 25.45 g; suma cukrów prostych: 51.18 g; Woda: 1234.48 g; Popiół: 18.99 g;		

Dietetyk

**Urszula Przepióra**  
dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-03-25</b> <b>Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWA II</b>		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Jajecznicza 100g (JAJ, MLE), Sałatka z pomidora i sałaty z olejem 80g, Banan 1 szt. ,	Zupa krem z brokuła z grzankami 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Makaron z mięsem, jarzynką 7-skl. z sosem pomidorowym 300/120 (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Fasolka szparagowa 75g (LUB), Mizzeria ze śmietaną 75g (MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Polędwica drobiowa 50g (SOJ, *), Twaróg krojony 50g (MLE), Papryka św. 80g , <b>Posiłek nocny:</b> Sałatka warzywna z kurczakiem 150g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2595.09 kcal; Energia: 10831.36 kJ; Białko ogółem: 77.82 g; białko zwierzęce: 46.06 g; białko roślinne: 35.43 g; Tłuszcz: 96.17 g; Węglowodany ogółem: 358.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.47 g; Sód: 1289.97 mg; Potas: 4338.01 mg; Wapń: 768.39 mg; Fosfor: 1606.67 mg; Błonnik pokarmowy: 29.30 g; suma cukrów prostych: 69.23 g; Woda: 1397.23 g; Popiół: 53.52 g;		
<b>poniedziałek 2024-03-25</b> <b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRWA III</b>		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Jajecznicza 100g (JAJ, MLE), Sałatka z pomidora i sałaty z olejem 80g, Banan 1 szt. ,	Zupa krem z brokuła z grzankami 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Makaron z mięsem, jarzynką 7-skl. z sosem pomidorowym 300/120 (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Fasolka szparagowa 150g (LUB), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Polędwica drobiowa 50g (SOJ, *), Twaróg krojony 50g (MLE), Pomidor 80g , <b>Posiłek nocny:</b> Sałatka warzywna z kurczakiem 150g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2644.04 kcal; Energia: 11033.76 kJ; Białko ogółem: 78.75 g; białko zwierzęce: 45.81 g; białko roślinne: 36.60 g; Tłuszcz: 94.92 g; Węglowodany ogółem: 382.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.82 g; Sód: 1389.02 mg; Potas: 4371.86 mg; Wapń: 778.84 mg; Fosfor: 1590.47 mg; Błonnik pokarmowy: 30.74 g; suma cukrów prostych: 69.52 g; Woda: 1352.58 g; Popiół: 53.56 g;		
<b>poniedziałek 2024-03-25</b> <b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA</b>		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Jajecznicza 100g (JAJ, MLE), Sałatka z pomidora i sałaty z olejem 80g, Banan 1 szt. ,	Zupa krem z brokuła z grzankami 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Makaron z mięsem, jarzynką 7-skl. z sosem pomidorowym 300/120 (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Fasolka szparagowa 150g (LUB), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Polędwica drobiowa 50g (SOJ, *), Twaróg krojony 50g (MLE), Sałata ziel. 20g , Pomidor 60g , <b>Posiłek nocny:</b> Sałatka warzywna z kurczakiem 150g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2729.49 kcal; Energia: 11387.01 kJ; Białko ogółem: 81.17 g; białko zwierzęce: 45.04 g; białko roślinne: 39.80 g; Tłuszcz: 92.80 g; Węglowodany ogółem: 400.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.84 g; Sód: 1433.02 mg; Potas: 4345.61 mg; Wapń: 784.04 mg; Fosfor: 1557.47 mg; Błonnik pokarmowy: 28.09 g; suma cukrów prostych: 71.70 g; Woda: 1366.75 g; Popiół: 53.52 g;		
<b>poniedziałek 2024-03-25</b> <b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB</b>		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Jajecznicza 100g (JAJ, MLE), Sałatka z pomidora i sałaty z olejem 80g, Banan 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 1 szt. (MLE),	Zupa krem z brokuła z grzankami 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Makaron z mięsem, jarzynką 7-skl. z sosem pomidorowym 300/120 (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Fasolka szparagowa 150g (LUB), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Polędwica drobiowa 50g (SOJ, *), Twaróg krojony 50g (MLE), Pomidor 80g , <b>Posiłek nocny:</b> Sałatka warzywna z kurczakiem 150g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2927.79 kcal; Energia: 12126.01 kJ; Białko ogółem: 87.42 g; białko zwierzęce: 52.94 g; białko roślinne: 39.95 g; Tłuszcz: 104.05 g; Węglowodany ogółem: 416.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.89 g; Sód: 1505.52 mg; Potas: 4658.61 mg; Wapń: 977.34 mg; Fosfor: 1699.97 mg; Błonnik pokarmowy: 28.09 g; suma cukrów prostych: 84.64 g; Woda: 1474.73 g; Popiół: 54.63 g;		

  
**Urszula Przepióra**  
 dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-03-25</b> <b>Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA IVI</b>		
Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 125ml ( <b>MLE</b> ), Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajecznica 100g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Szyńka indyk z pasieki 50g, Sałatka z pomidora i salaty z olejem 80g, Banan 1 szt.,	Zupa krem z brokuła z grzankami 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Makaron z mięsem, jarzynką 7-skl. z sosem pomidorowym 300/120 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Fasolka szparagowa 150g ( <b>ŁUB</b> ), Kompot owocowy 250ml,	Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Połędwica drobiowa 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Ser żółty 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 80g, <b>Posiłek nocny:</b> Sałatka warzywna z kurczakiem 150g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2835.57 kcal; Energia: 11748.19 kJ; Białko ogółem: 92.78 g; białko zwierzęce: 69.61 g; białko roślinne: 38.00 g; Tłuszcz: 101.76 g; Węglowodany ogółem: 382.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.64 g; Sód: 2428.00 mg; Potas: 4428.14 mg; Wapń: 1192.76 mg; Fosfor: 1853.63 mg; Błonnik pokarmowy: 30.79 g; suma cukrów prostych: 55.02 g; Woda: 1383.15 g; Popiół: 56.02 g;		
<b>poniedziałek 2024-03-25</b> <b>Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII</b>		
Kawa inka z mlekiem 125ml ( <b>MLE</b> ), Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajecznica 100g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Sałatka z pomidora i salaty z olejem 80g, Banan 1 szt., <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 1 szt. ( <b>MLE</b> ),	Zupa krem z brokuła z grzankami 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Makaron z mięsem, jarzynką 7-skl. z sosem pomidorowym 300/120 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Fasolka szparagowa 75g ( <b>ŁUB</b> ), Mizeria ze śmietaną 75g ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Połędwica drobiowa 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Papryka św. 80g, <b>Posiłek nocny:</b> Sałatka warzywna z kurczakiem 150g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2514.59 kcal; Energia: 10495.86 kJ; Białko ogółem: 78.67 g; białko zwierzęce: 49.61 g; białko roślinne: 32.73 g; Tłuszcz: 97.02 g; Węglowodany ogółem: 336.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.21 g; Sód: 1119.97 mg; Potas: 4488.51 mg; Wapń: 897.39 mg; Fosfor: 1703.67 mg; Błonnik pokarmowy: 29.50 g; suma cukrów prostych: 75.78 g; Woda: 1467.53 g; Popiół: 53.77 g;		
<b>poniedziałek 2024-03-25</b> <b>Dieta: GR. DIETA PŁYNNA IIIII</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 125ml ( <b>MLE</b> ), Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy 200ml (*),	Zupa krem z brokuła 1000 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>JAJ, SEL</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty z mlekiem 150ml/40g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1454.43 kcal; Energia: 6348.62 kJ; Białko ogółem: 52.37 g; białko zwierzęce: 39.31 g; białko roślinne: 16.88 g; Tłuszcz: 63.35 g; Węglowodany ogółem: 183.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.93 g; Sód: 852.87 mg; Potas: 3662.52 mg; Wapń: 1055.82 mg; Fosfor: 1550.12 mg; Błonnik pokarmowy: 15.12 g; suma cukrów prostych: 50.09 g; Woda: 884.45 g; Popiół: 23.14 g;		
<b>poniedziałek 2024-03-25</b> <b>Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA B/LAKTOZY IIII</b>		
Ryż na mleku b/lakt 300ml ( <b>MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem b/lakt 125ml, Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajecznica 100g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Pomidor b/skórki 60g, Banan 1 szt.,	Zupa krem z brokuła z grzankami 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Makaron z mięsem, jarzynką 7-skl. z sosem pomidorowym 300/120 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Kompot owocowy 250ml, Fasolka szparagowa 150g ( <b>ŁUB</b> ),	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Połędwica drobiowa 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Twaróg krojony 50g b/lak ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skórki 60g, <b>Posiłek nocny:</b> Sałatka warzywna z kurczakiem 150g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2525.24 kcal; Energia: 10466.56 kJ; Białko ogółem: 75.43 g; białko zwierzęce: 43.48 g; białko roślinne: 36.54 g; Tłuszcz: 83.34 g; Węglowodany ogółem: 377.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.22 g; Sód: 1249.72 mg; Potas: 4241.61 mg; Wapń: 690.49 mg; Fosfor: 1552.72 mg; Błonnik pokarmowy: 30.83 g; suma cukrów prostych: 65.75 g; Woda: 1262.24 g; Popiół: 52.66 g;		

Dietetyk

Urszula Przepióra  
dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-03-26</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWA/II</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Połędwica sopocka 50g (GLU, MLE, *), Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Papryka kons. 60g (GOR), Sałata ziel. 20g, Jabłko des. 1 szt.,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Kotlet pożarski smażony 80g (GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, *), Ziemniaki gotowane 200g, Brokuły gotowane 75g, Surówka z marchwi i jabłka 75g (MLE), Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Twarożek z burakiem 100g (MLE), Ogórek św. 60g, Sałata ziel. 20g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g, Herbatniki 1opak (5szt) (GLU, MLE, S02, *),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2444.13 kcal; Energia: 8651.62 kJ; Białko ogółem: 73.33 g; białko zwierzęce: 41.36 g; białko roślinne: 33.04 g; Tłuszcz: 78.46 g; Węglowodany ogółem: 328.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.33 g; Sód: 1793.43 mg; Potas: 4150.84 mg; Wapń: 650.74 mg; Fosfor: 1405.64 mg; Błonnik pokarmowy: 30.89 g; suma cukrów prostych: 69.13 g; Woda: 1360.00 g; Popiół: 14.26 g;		
<b>wtorek 2024-03-26</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRWA III</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Połędwica sopocka 50g (GLU, MLE, *), Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, Jabłko des. 1 szt.,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Pulpet dr.w sosie koperkowym duszony 80/120 (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Ziemniaki gotowane 200g, Brokuły gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Twarożek z burakiem 100g (MLE), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g, Herbatniki 1opak (5szt) (GLU, MLE, S02, *),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2486.65 kcal; Energia: 8674.38 kJ; Białko ogółem: 74.75 g; białko zwierzęce: 41.44 g; białko roślinne: 34.37 g; Tłuszcz: 72.40 g; Węglowodany ogółem: 355.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.04 g; Sód: 1604.62 mg; Potas: 4556.37 mg; Wapń: 649.68 mg; Fosfor: 1408.47 mg; Błonnik pokarmowy: 31.53 g; suma cukrów prostych: 68.40 g; Woda: 1385.77 g; Popiół: 14.94 g;		
<b>wtorek 2024-03-26</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Połędwica sopocka 50g (GLU, MLE, *), Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, Jabłko gotowane 1 szt.	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Pulpet dr.w sosie koperkowym duszony 80/120 (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Ziemniaki gotowane 200g, Brokuły gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Twarożek z burakiem 100g (MLE), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g, Herbatniki 1opak (5szt) (GLU, MLE, S02, *),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2644.25 kcal; Energia: 9334.58 kJ; Białko ogółem: 78.64 g; białko zwierzęce: 40.69 g; białko roślinne: 39.01 g; Tłuszcz: 70.64 g; Węglowodany ogółem: 390.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.12 g; Sód: 1756.92 mg; Potas: 4545.77 mg; Wapń: 651.48 mg; Fosfor: 1372.17 mg; Błonnik pokarmowy: 28.83 g; suma cukrów prostych: 71.30 g; Woda: 1397.45 g; Popiół: 15.01 g;		
<b>wtorek 2024-03-26</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Połędwica sopocka 50g (GLU, MLE, *), Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, Jabłko gotowane 1 szt.	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Pulpet dr.w sosie koperkowym duszony 80/120 (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Ziemniaki gotowane 200g, Brokuły gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Twarożek z burakiem 100g (MLE), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g, Herbatniki 1opak (5szt) (GLU, MLE, S02, *),
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy 200ml (*),		
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2668.75 kcal; Energia: 9437.58 kJ; Białko ogółem: 81.14 g; białko zwierzęce: 40.69 g; białko roślinne: 39.08 g; Tłuszcz: 70.67 g; Węglowodany ogółem: 397.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.12 g; Sód: 1757.17 mg; Potas: 4565.02 mg; Wapń: 654.48 mg; Fosfor: 1375.92 mg; Błonnik pokarmowy: 29.33 g; suma cukrów prostych: 75.72 g; Woda: 1415.87 g; Popiół: 15.06 g;		

Urszula Przepióra  
dietyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-03-26</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA VII</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenno-żytnie H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Polędwica sopocka 50g (GLU, MLE, *), Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Ser topiony 50g (MLE), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, Jabłko des. 1 szt. ,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Pulpet dr.w sosie koperkowym duszony 80/120 (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Ziemniaki gotowane 200g, Brokuły gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (MLE), Twarożek z burakiem 100g (MLE), Szynka drobiowa 50g, Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g, Herbatniki 1opak (5szt) (GLU, MLE, S02, *),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2726.31 kcal; Energia: 9632.83 kJ; Białko ogółem: 86.10 g; białko zwierzęce: 48.24 g; białko roślinne: 37.17 g; Tłuszcz: 81.05 g; Węglowodany ogółem: 373.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.24 g; Sód: 2241.97 mg; Potas: 4605.07 mg; Wapń: 838.03 mg; Fosfor: 1697.47 mg; Błonnik pokarmowy: 31.63 g; suma cukrów prostych: 54.78 g; Woda: 1428.64 g; Popiół: 17.24 g;		
<b>wtorek 2024-03-26</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Polędwica sopocka 50g (GLU, MLE, *), Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g, Jabłko des. 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Sok wielowarzywny 1szt. 300ml ,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Pulpet dr.w sosie koperkowym duszony 80/120 (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Ziemniaki gotowane 200g, Brokuły gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Twarożek z burakiem 100g (MLE), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt z granolą owocową 150g (MLE),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2323.59 kcal; Energia: 8282.08 kJ; Białko ogółem: 101.41 g; białko zwierzęce: 71.06 g; białko roślinne: 29.61 g; Tłuszcz: 72.77 g; Węglowodany ogółem: 350.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.05 g; Sód: 1938.11 mg; Potas: 4733.43 mg; Wapń: 838.88 mg; Fosfor: 1510.91 mg; Błonnik pokarmowy: 32.57 g; suma cukrów prostych: 64.89 g; Woda: 1473.33 g; Popiół: 15.21 g;		
<b>wtorek 2024-03-26</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA PŁYNNA IIIII</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml (GLU, JAJ, MLE), Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Kawa inka z mlekiem 125ml (MLE), <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy 200ml (*),	Barszcz biały miksowany z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL), <b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty z herbatą 150ml/40g (GLU, JAJ, MLE, *),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1406.59 kcal; Energia: 6286.75 kJ; Białko ogółem: 53.45 g; białko zwierzęce: 42.32 g; białko roślinne: 14.95 g; Tłuszcz: 61.82 g; Węglowodany ogółem: 167.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.78 g; Sód: 901.61 mg; Potas: 3324.64 mg; Wapń: 881.34 mg; Fosfor: 1577.33 mg; Błonnik pokarmowy: 12.56 g; suma cukrów prostych: 42.20 g; Woda: 773.72 g; Popiół: 11.57 g;		
<b>wtorek 2024-03-26</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA B/LAKTOZY IIII</b>		
Kasza kukurydziana na mleku b/lakt 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem b/lakt 125ml, Herbata owocowa 125ml (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Polędwica sopocka 50g (GLU, MLE, *), Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Ogórek św. 80g b/s, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Pulpet dr.w sosie koperkowym duszony 80/120 (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Ziemniaki gotowane 200g, Brokuły gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Twarożek z burakiem 100g (MLE), Pomidor 80g b/skórki , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g, Herbatniki 1opak (5szt) (GLU, MLE, S02, *),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2453.15 kcal; Energia: 8512.48 kJ; Białko ogółem: 73.25 g; białko zwierzęce: 39.13 g; białko roślinne: 35.18 g; Tłuszcz: 71.15 g; Węglowodany ogółem: 345.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.21 g; Sód: 1578.92 mg; Potas: 4360.37 mg; Wapń: 564.18 mg; Fosfor: 1349.97 mg; Błonnik pokarmowy: 30.72 g; suma cukrów prostych: 65.34 g; Woda: 1324.65 g; Popiół: 14.13 g;		

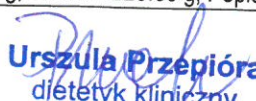
Dietetyk

Urszula Przepióra  
dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-03-27</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWA/II</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 125ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka gotowana z indyka 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pasta brokułowa 50g, Sałata ziel. 20g, Papryka św. 60g, Pomarańcza 1 szt., Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ),	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Kompot owocowy 250ml, Pierogi ruskie b/cebuli 8 szt., Buraczki z olejem gotowane 75g, Mizeria ze śmietaną 75g ( <b>MLE</b> ),	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Ser topiony 50g ( <b>MLE</b> ), Szyunka drobiowa 50g, Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g, <b>Posiłek nocny:</b> Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ), Rogalik,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2575.05 kcal; Energia: 7173.22 kJ; Białko ogółem: 74.43 g; białko zwierzęce: 21.75 g; białko roślinne: 23.41 g; Tłuszcz: 79.71 g; Węglowodany ogółem: 385.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.38 g; Sód: 1900.58 mg; Potas: 2775.76 mg; Wapń: 811.10 mg; Fosfor: 1041.78 mg; Błonnik pokarmowy: 25.27 g; suma cukrów prostych: 61.69 g; Woda: 1114.32 g; Popiół: 12.34 g;		
<b>środa 2024-03-27</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRWA III</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 125ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka gotowana z indyka 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pasta brokułowa 50g, Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, Pomarańcza 1 szt., Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ),	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Pierogi ruskie b/cebuli 8 szt., Buraczki z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Ser topiony 50g ( <b>MLE</b> ), Szyunka drobiowa 50g, Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g, <b>Posiłek nocny:</b> Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ), Rogalik,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2586.55 kcal; Energia: 7137.52 kJ; Białko ogółem: 73.86 g; białko zwierzęce: 21.48 g; białko roślinne: 23.11 g; Tłuszcz: 78.03 g; Węglowodany ogółem: 395.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.64 g; Sód: 1935.68 mg; Potas: 2911.76 mg; Wapń: 816.05 mg; Fosfor: 1009.53 mg; Błonnik pokarmowy: 25.80 g; suma cukrów prostych: 67.33 g; Woda: 1058.96 g; Popiół: 12.44 g;		
<b>środa 2024-03-27</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 125ml ( <b>MLE</b> ), Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Szyunka gotowana z indyka 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pasta brokułowa 50g, Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, Jabłko gotowane 1 szt.	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką b/mąki 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Pierogi ruskie b/cebuli 8 szt., Buraczki z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Pasta z sera i wedliny 100g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, <b>Posiłek nocny:</b> Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ), Rogalik,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2483.24 kcal; Energia: 7049.07 kJ; Białko ogółem: 73.91 g; białko zwierzęce: 18.08 g; białko roślinne: 28.31 g; Tłuszcz: 61.74 g; Węglowodany ogółem: 397.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.98 g; Sód: 1686.68 mg; Potas: 2756.86 mg; Wapń: 619.15 mg; Fosfor: 786.68 mg; Błonnik pokarmowy: 22.10 g; suma cukrów prostych: 67.76 g; Woda: 1023.52 g; Popiół: 10.69 g;		
<b>środa 2024-03-27</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 125ml ( <b>MLE</b> ), Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Szyunka gotowana z indyka 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pasta brokułowa 50g, Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, Jabłko gotowane 1 szt. <b>II Śniadanie:</b> Budyń waniliowy 200ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ),	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Pierogi ruskie b/cebuli 8 szt., Buraczki z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Pasta z sera i wedliny 100g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, <b>Posiłek nocny:</b> Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ), Rogalik,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2829.22 kcal; Energia: 8238.25 kJ; Białko ogółem: 81.34 g; białko zwierzęce: 25.46 g; białko roślinne: 28.36 g; Tłuszcz: 76.10 g; Węglowodany ogółem: 423.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.01 g; Sód: 1785.79 mg; Potas: 3069.14 mg; Wapń: 886.76 mg; Fosfor: 982.66 mg; Błonnik pokarmowy: 22.13 g; suma cukrów prostych: 85.69 g; Woda: 1223.63 g; Popiół: 12.30 g;		

  
 Urszula Przepióra  
 dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

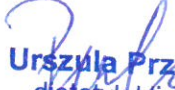
Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-03-27</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA IV/II</b>		
Kawa inka z mlekiem 125ml ( <b>MLE</b> ), Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Serek kanapkowy śmietankowy 50g ( <b>MLE</b> ), Szyunka gotowana z indyka 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pasta brokułowa 50g, Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g, Pomarańcza 1 szt. ,	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Pierogi ruskie b/cebuli 8 szt. , Buraczki z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Ser topiony 50g ( <b>MLE</b> ), Szyunka drobiowa 50g, Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g , <b>Posiłek nocny:</b> Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ), Rogalik ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2740.30 kcal; Energia: 7748.97 kJ; Białko ogółem: 85.21 g; białko zwierzęce: 32.53 g; białko roślinne: 25.91 g; Tłuszcz: 81.03 g; Węglowodany ogółem: 417.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.46 g; Sód: 2364.53 mg; Potas: 3036.46 mg; Wapń: 907.90 mg; Fosfor: 1193.03 mg; Błonnik pokarmowy: 25.90 g; suma cukrów prostych: 56.46 g; Woda: 1149.98 g; Popiół: 13.94 g;		
<b>środa 2024-03-27</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 125ml ( <b>MLE</b> ), Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka gotowana z indyka 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pasta brokułowa 50g, Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g, Pomarańcza 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Budyń waniliowy B/C 200ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ),	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką b/mąki 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Pierogi ruskie b/cebuli 8 szt. , Buraczki z olejem gotowane 75g, Mizeria ze śmietaną 75g ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Ser topiony 50g ( <b>MLE</b> ), Szyunka drobiowa 50g, Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g , <b>Posiłek nocny:</b> Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ), Rogalik ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2349.33 kcal; Energia: 6625.50 kJ; Białko ogółem: 72.98 g; białko zwierzęce: 24.22 g; białko roślinne: 19.49 g; Tłuszcz: 70.27 g; Węglowodany ogółem: 379.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.82 g; Sód: 1720.39 mg; Potas: 2822.94 mg; Wapń: 894.91 mg; Fosfor: 1099.16 mg; Błonnik pokarmowy: 24.24 g; suma cukrów prostych: 71.80 g; Woda: 1150.29 g; Popiół: 12.05 g;		
<b>środa 2024-03-27</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA PŁYNNA III/II</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Kawa inka z mlekiem 125ml ( <b>MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Budyń waniliowy 200ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ),	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 1000ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>JAJ, SEL</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Suchary z mlekiem 150ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1498.17 kcal; Energia: 5955.01 kJ; Białko ogółem: 59.03 g; białko zwierzęce: 45.60 g; białko roślinne: 11.85 g; Tłuszcz: 63.28 g; Węglowodany ogółem: 184.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.64 g; Sód: 878.26 mg; Potas: 3325.95 mg; Wapń: 1254.09 mg; Fosfor: 1622.16 mg; Błonnik pokarmowy: 13.27 g; suma cukrów prostych: 52.49 g; Woda: 913.93 g; Popiół: 12.51 g;		
<b>środa 2024-03-27</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA B/LAKTOZY III/II</b>		
Zacierka na mleku b/lakt 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem b/lakt 125ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka gotowana z indyka 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pasta brokułowa 50g, Pomidor 80g b/skórki, Jabłko gotowane 1 szt. , Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ),	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką b/mąki 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Pierogi ruskie b/cebuli 8 szt. , Buraczki z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Ser topiony 50g b/lak ( <b>MLE</b> ), Szyunka gotowana 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Ogórek św. 80g b/s , <b>Posiłek nocny:</b> Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ), Rogalik ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2337.02 kcal; Energia: 6465.12 kJ; Białko ogółem: 77.44 g; białko zwierzęce: 18.39 g; białko roślinne: 24.48 g; Tłuszcz: 68.10 g; Węglowodany ogółem: 352.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.90 g; Sód: 2320.18 mg; Potas: 2504.61 mg; Wapń: 642.45 mg; Fosfor: 897.43 mg; Błonnik pokarmowy: 23.99 g; suma cukrów prostych: 60.11 g; Woda: 922.56 g; Popiół: 10.87 g;		

  
 Urszula Przepióra  
 dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>czwartek 2024-03-28</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWA/II</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 125ml ( <b>MLE</b> ), Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z tuńczyka i jaja z pietruszką 100g ( <b>JAJ, GOR, MCK</b> ), Ogórek kiszony 60g, Sałata ziel. 20g, Banan 1 szt. ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Potrawka drobiowa gotowana 120/180 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Fasolka szparagowa 75g ( <b>ŁUB</b> ), Surówka coleslaw 75g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ), Szynka gotowana 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Sałata ziel. 20g, Papryka św. 60g , <b>Posilek nocny:</b> Dżem 1 szt. 25g, Serek wiejski 200g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2896.82 kcal; Energia: 12836.30 kJ; Białko ogółem: 109.24 g; białko zwierzęce: 122.03 g; białko roślinne: 38.12 g; Tłuszcz: 95.16 g; Węglowodany ogółem: 348.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.45 g; Sód: 3026.55 mg; Potas: 5288.65 mg; Wapń: 762.24 mg; Fosfor: 2366.66 mg; Błonnik pokarmowy: 34.29 g; suma cukrów prostych: 82.58 g; Woda: 1449.26 g; Popiół: 22.06 g;		
<b>czwartek 2024-03-28</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRWA III</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 125ml ( <b>MLE</b> ), Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z tuńczyka i jaja z pietruszką 100g ( <b>JAJ, GOR, MCK</b> ), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, Banan 1 szt. ,	Koperkowa 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Potrawka drobiowa gotowana 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Fasolka szparagowa 150g ( <b>ŁUB</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka gotowana 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g , <b>Posilek nocny:</b> Dżem 1 szt. 25g, Serek wiejski 200g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2890.56 kcal; Energia: 12653.40 kJ; Białko ogółem: 98.76 g; białko zwierzęce: 112.21 g; białko roślinne: 36.78 g; Tłuszcz: 90.30 g; Węglowodany ogółem: 371.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 50.71 g; Sód: 1972.10 mg; Potas: 4857.62 mg; Wapń: 683.04 mg; Fosfor: 2192.57 mg; Błonnik pokarmowy: 32.08 g; suma cukrów prostych: 82.88 g; Woda: 1274.89 g; Popiół: 17.82 g;		
<b>czwartek 2024-03-28</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 125ml ( <b>MLE</b> ), Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Pasta z tuńczyka i jaja z pietruszką 100g ( <b>JAJ, GOR, MCK</b> ), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, Banan 1 szt. ,	Koperkowa 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Potrawka drobiowa gotowana 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Fasolka szparagowa 150g ( <b>ŁUB</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Szynka gotowana 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ), Sałata ziel. 10g, Pomidor 60g , <b>Posilek nocny:</b> Dżem 1 szt. 25g, Serek wiejski 200g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2974.71 kcal; Energia: 13004.35 kJ; Białko ogółem: 101.18 g; białko zwierzęce: 111.44 g; białko roślinne: 39.98 g; Tłuszcz: 88.17 g; Węglowodany ogółem: 390.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.72 g; Sód: 2016.10 mg; Potas: 4832.77 mg; Wapń: 684.34 mg; Fosfor: 2157.47 mg; Błonnik pokarmowy: 29.27 g; suma cukrów prostych: 85.05 g; Woda: 1279.64 g; Popiół: 17.63 g;		
<b>czwartek 2024-03-28</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 125ml ( <b>MLE</b> ), Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z tuńczyka i jaja z pietruszką 100g ( <b>JAJ, GOR, MCK</b> ), Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, Banan 1 szt. , <b>II Sniadanie:</b> Kisiel owocowy 200ml (*),	Koperkowa 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Potrawka drobiowa gotowana 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Fasolka szparagowa 150g ( <b>ŁUB</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka gotowana 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ), Pomidor 60g, Sałata ziel. 10g , <b>Posilek nocny:</b> Dżem 1 szt. 25g, Serek wiejski 200g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 3072.71 kcal; Energia: 13414.95 kJ; Białko ogółem: 104.68 g; białko zwierzęce: 112.44 g; białko roślinne: 40.06 g; Tłuszcz: 96.45 g; Węglowodany ogółem: 396.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 52.40 g; Sód: 2017.25 mg; Potas: 4854.52 mg; Wapń: 688.94 mg; Fosfor: 2162.42 mg; Błonnik pokarmowy: 29.77 g; suma cukrów prostych: 89.54 g; Woda: 1299.66 g; Popiół: 17.69 g;		

  
 Urszula Przepióra  
 dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-03-28</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA /VI/</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 125ml ( <b>MLE</b> ), Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z tuńczyka i jaja z pietruszką 100g ( <b>JAJ, GOR, MCK</b> ), Szynka drobiowa 50g, Sałata ziel. 20g, Pomidor 60g, Banan 1 szt. ,	Koperkowa 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Potrawka drobiowa gotowana 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Fasolka szparagowa 150g ( <b>ŁUB</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka gotowana 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Pomidor 60g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Dżem 1 szt. 25g, Serek wiejski 200g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 3018.37 kcal; Energia: 13203.40 kJ; Białko ogółem: 108.18 g; białko zwierzęce: 120.24 g; białko roślinne: 38.18 g; Tłuszcz: 92.92 g; Węglowodany ogółem: 372.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 53.78 g; Sód: 2221.85 mg; Potas: 5017.97 mg; Wapń: 734.79 mg; Fosfor: 2398.67 mg; Błonnik pokarmowy: 32.27 g; suma cukrów prostych: 68.34 g; Woda: 1368.21 g; Popiół: 19.24 g;		
<b>czwartek 2024-03-28</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII</b>		
Kawa inka z mlekiem 125ml ( <b>MLE</b> ), Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z tuńczyka i jaja z pietruszką 100g ( <b>JAJ, GOR, MCK</b> ), Pomidor 60g, Sałata ziel. 20g, Banan 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Sałatka warzywna 150g ,	Koperkowa 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Potrawka drobiowa gotowana 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Fasolka szparagowa 75g ( <b>ŁUB</b> ), Surówka coleslaw 75g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka gotowana 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ), Sałata ziel. 20g, Papryka św. 60g , <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 200g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2816.88 kcal; Energia: 12298.05 kJ; Białko ogółem: 97.31 g; białko zwierzęce: 112.14 g; białko roślinne: 35.40 g; Tłuszcz: 105.14 g; Węglowodany ogółem: 321.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 51.60 g; Sód: 1679.39 mg; Potas: 5364.79 mg; Wapń: 764.82 mg; Fosfor: 2263.34 mg; Błonnik pokarmowy: 36.28 g; suma cukrów prostych: 64.23 g; Woda: 1464.79 g; Popiół: 18.86 g;		
<b>czwartek 2024-03-28</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA PŁYNNA /IIII/</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 125ml ( <b>MLE</b> ), Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy 200ml (*),	Koperkowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>JAJ, SEL</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Twarożek płynny 150g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1423.76 kcal; Energia: 6381.98 kJ; Białko ogółem: 62.29 g; białko zwierzęce: 54.07 g; białko roślinne: 12.04 g; Tłuszcz: 62.83 g; Węglowodany ogółem: 141.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.54 g; Sód: 932.09 mg; Potas: 3412.89 mg; Wapń: 1064.71 mg; Fosfor: 1910.85 mg; Błonnik pokarmowy: 11.56 g; suma cukrów prostych: 39.44 g; Woda: 896.68 g; Popiół: 12.73 g;		
<b>czwartek 2024-03-28</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA B/LAKTOZY /III/</b>		
Pł. owsiane na mleku b/lakt 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem b/lakt 125ml, Herbata owocowa 125ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z tuńczyka i jaja z pietruszką 100g ( <b>JAJ, GOR, MCK</b> ), Pomidor 80g b/skórki, Banan 1 szt. ,	Koperkowa 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Potrawka drobiowa gotowana 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Fasolka szparagowa 150g ( <b>ŁUB</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka gotowana 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Ogórek św. 80g b/skórki, Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski b/lakt 200g ( <b>MLE</b> ), Dżem 1 szt. 25g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2782.21 kcal; Energia: 12177.95 kJ; Białko ogółem: 95.79 g; białko zwierzęce: 109.88 g; białko roślinne: 36.15 g; Tłuszcz: 88.68 g; Węglowodany ogółem: 345.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.81 g; Sód: 1837.70 mg; Potas: 4633.97 mg; Wapń: 594.64 mg; Fosfor: 2133.17 mg; Błonnik pokarmowy: 31.02 g; suma cukrów prostych: 79.08 g; Woda: 1197.39 g; Popiół: 16.65 g;		

  
 Urszula Przepióra  
 dietetyk kliniczny