

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Hirszfelda  |  |  |
|--|--|--|
| Śniadanie<br>II Śniadanie  | Obiad<br>Podwieczorek  | Kolacja<br>Posiłek nocny   |
| <b>piątek 2024-06-21</b>   |  |  |
| <b>Dieta: H. DIETA PODSTAWOWA III</b>  |  |  |
| Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <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> ), Ser topiony plastry 2 szt. ( <b>MLE</b> ), Połędwica sopocka 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g, Brzoskwinia z puszki 150g,                             | Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Ryba z pieca w sosie selerowo- pietruszkowym 80/120 ( <b>GLU, RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Cukinia gotowana 75g, Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem i kukurydzą 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> ), Sałatka jarzynowa 200g ( <b>JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Galaretką warzywna z jajkiem 150g ( <b>GLU, SKR, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2380.15 kcal; Energia: 9532.81 kJ; Białko ogółem: 115.75 g; białko zwierzęce: 85.23 g; białko roślinne: 37.53 g; Tłuszcz: 79.60 g; Węglowodany ogółem: 353.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.79 g; Sód: 2321.85 mg; Potas: 5552.01 mg; Wapń: 1104.64 mg; Fosfor: 1915.06 mg; Błonnik pokarmowy: 37.75 g; suma cukrów prostych: 75.41 g; Woda: 1880.73 g; Popiół: 20.18 g;  |  |  |
| <b>piątek 2024-06-21</b>   |  |  |
| <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA IIII</b>  |  |  |
| Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <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> ), Połędwica sopocka 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Ser topiony plastry 2 szt. ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, Brzoskwinia z puszki 150g,   | Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Ryba z pieca w sosie selerowo- pietruszkowym 80/120 ( <b>GLU, RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Marchew oprószana gotowana 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> ), Sałatka jarzynowa 200g ( <b>JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Galaretką warzywna z jajkiem 150g ( <b>GLU, SKR, JAJ, MLE, SEL, *</b> ),              |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2318.75 kcal; Energia: 9468.69 kJ; Białko ogółem: 114.88 g; białko zwierzęce: 85.25 g; białko roślinne: 36.71 g; Tłuszcz: 80.92 g; Węglowodany ogółem: 323.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.69 g; Sód: 2339.09 mg; Potas: 5014.79 mg; Wapń: 1072.42 mg; Fosfor: 1847.19 mg; Błonnik pokarmowy: 37.13 g; suma cukrów prostych: 74.09 g; Woda: 1645.68 g; Popiół: 18.87 g;  |  |  |
| <b>piątek 2024-06-21</b>   |  |  |
| <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁUSZCZU IIIIAI</b>   |  |  |
| Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka weka H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Połędwica sopocka 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Ser topiony plastry 2 szt. ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, Brzoskwinia z puszki 150g,   | Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Ryba z pieca w sosie selerowo- pietruszkowym 80/120 ( <b>GLU, RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Marchew oprószana gotowana 150g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy 250ml,  | Herbata H 250ml, Bułka weka H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa b/konserw 200g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ), Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Galaretką warzywna z jajkiem 150g ( <b>GLU, SKR, JAJ, MLE, SEL, *</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2524.50 kcal; Energia: 10465.33 kJ; Białko ogółem: 123.51 g; białko zwierzęce: 90.90 g; białko roślinne: 40.29 g; Tłuszcz: 80.74 g; Węglowodany ogółem: 356.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.18 g; Sód: 2419.73 mg; Potas: 5262.98 mg; Wapń: 1127.83 mg; Fosfor: 1973.52 mg; Błonnik pokarmowy: 34.21 g; suma cukrów prostych: 76.91 g; Woda: 1725.22 g; Popiół: 19.59 g; |  |  |
| <b>piątek 2024-06-21</b>   |  |  |
| <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. IIIBI</b>  |  |  |
| Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka weka H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Ser topiony plastry 2 szt. ( <b>MLE</b> ), Połędwica sopocka 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Sałata ziel. 10g, Brzoskwinia z puszki 150g,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Jogurt owocowy 1 szt. ( <b>MLE</b> ),                                      | Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Ryba z pieca w sosie selerowo- pietruszkowym 80/120 ( <b>GLU, RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Marchew oprószana gotowana 150g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy 250ml,  | Herbata H 250ml, Bułka weka H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa b/konserw 200g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ), Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Galaretką warzywna z jajkiem 150g ( <b>GLU, SKR, JAJ, MLE, SEL, *</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2652.00 kcal; Energia: 10903.33 kJ; Białko ogółem: 128.76 g; białko zwierzęce: 97.80 g; białko roślinne: 40.44 g; Tłuszcz: 83.74 g; Węglowodany ogółem: 371.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.56 g; Sód: 2491.73 mg; Potas: 5585.48 mg; Wapń: 1325.83 mg; Fosfor: 2119.02 mg; Błonnik pokarmowy: 34.51 g; suma cukrów prostych: 89.81 g; Woda: 1850.47 g; Popiół: 20.94 g; |  |  |

  
**Urszula Przepióra**  
 dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Hirszfelda   |  |  |
|---|--|--|
| Śniadanie<br>II Śniadanie   | Obiad<br>Podwieczorek  | Kolacja<br>Posiłek nocny   |
| <b>piątek 2024-06-21</b>  |  |  |
| <b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /MII/</b>   |  |  |
| Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Ser topiony plastry 2 szt. ( <b>MLE</b> ), Połędwica sopocka 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt.,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Serek wiejski 200g ( <b>MLE</b> ), Jabłko des. 1 szt. ,                  | Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Ryba z pieca w sosie selerowo- pietruszkowym 80/120 ( <b>GLU, RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem i kukurydzą 75g ( <b>MLE</b> ), Cukinia gotowana 75g, Kompot owocowy b/c 250 ml , | Herbata H 250ml , Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa 200g ( <b>JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Pomidor 70g , Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Galaretka warzywna z jajkiem 150g ( <b>GLU, SKR, JAJ, MLE, SEL, *</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2412.75 kcal; Energia: 11643.67 kJ; Białko ogółem: 125.00 g; białko zwierzęce: 145.78 g; białko roślinne: 35.10 g; Tłuszcz: 85.37 g; Węglowodany ogółem: 323.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.46 g; Sód: 2224.99 mg; Potas: 6915.77 mg; Wapń: 1144.93 mg; Fosfor: 2514.51 mg; Błonnik pokarmowy: 39.27 g; suma cukrów prostych: 74.69 g; Woda: 2010.07 g; Popiół: 22.98 g; |  |  |
| <b>piątek 2024-06-21</b>  |  |  |
| <b>Dieta: H. DIETA PŁYNNA/MIKSOWANA /MIII/</b>  |  |  |
| Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>Budyń waniliowy 200ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ),   | Pomidorowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Mięso mielone 70g , Ziemniaki gotowane 200g , Jarzynka z wody gotowana 150g ( <b>SEL</b> ),   | Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>JAJ, SEL</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Biszkopty z herbatą 150ml/40g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1768.02 kcal; Energia: 7668.82 kJ; Białko ogółem: 67.00 g; białko zwierzęce: 54.12 g; białko roślinne: 20.50 g; Tłuszcz: 69.79 g; Węglowodany ogółem: 227.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.59 g; Sód: 1119.58 mg; Potas: 4607.08 mg; Wapń: 1120.92 mg; Fosfor: 1859.89 mg; Błonnik pokarmowy: 22.49 g; suma cukrów prostych: 56.53 g; Woda: 1103.08 g; Popiół: 14.94 g;    |  |  |
| <b>piątek 2024-06-21</b>  |  |  |
| <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA II GIN</b>   |  |  |
| Makaron na mleku b/lakt 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem b/lakt 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 plastry 2 szt. b/LAK ( <b>MLE</b> ), Połędwica sopocka 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Sałata ziel. 10g , Banan 1 szt. ,   | Kompot owocowy 250ml , Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Ryba z pieca w sosie selerowo- pietruszkowym 80/120 ( <b>GLU, RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g , Marchew oprószana gotowana 150g ( <b>GLU, 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> ), Sałatka jarzynowa 200g ( <b>JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Ser wegański 50g , Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Galaretka warzywna z jajkiem 150g ( <b>GLU, SKR, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2257.13 kcal; Energia: 9093.51 kJ; Białko ogółem: 97.16 g; białko zwierzęce: 67.75 g; białko roślinne: 36.49 g; Tłuszcz: 76.03 g; Węglowodany ogółem: 319.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.72 g; Sód: 2225.43 mg; Potas: 4915.79 mg; Wapń: 770.94 mg; Fosfor: 1623.41 mg; Błonnik pokarmowy: 36.41 g; suma cukrów prostych: 69.79 g; Woda: 1388.84 g; Popiół: 17.28 g;     |  |  |
| <b>piątek 2024-06-21</b>  |  |  |
| <b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW VII GIN</b>  |  |  |
| Makaron na mleku b/lakt 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml , Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Ser topiony plastry 2 szt. b/LAK ( <b>MLE</b> ), Połędwica sopocka 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Sałata ziel. 10g , Banan 1 szt. ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Serek wiejski 200g ( <b>MLE</b> ), Jabłko des. 1 szt. ,                          | Kompot owocowy 250ml , Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Ryba z pieca w sosie selerowo- pietruszkowym 80/120 ( <b>GLU, RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g , Cukinia gotowana 75g , Jarzynka z wody gotowana 75g ( <b>SEL</b> ),                             | Herbata H 250ml , Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa 200g ( <b>JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Galaretka warzywna z jajkiem 150g ( <b>GLU, SKR, JAJ, MLE, SEL, *</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2366.18 kcal; Energia: 11297.32 kJ; Białko ogółem: 107.58 g; białko zwierzęce: 128.28 g; białko roślinne: 35.19 g; Tłuszcz: 85.48 g; Węglowodany ogółem: 308.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.71 g; Sód: 2106.66 mg; Potas: 6303.29 mg; Wapń: 829.80 mg; Fosfor: 2276.47 mg; Błonnik pokarmowy: 39.96 g; suma cukrów prostych: 74.17 g; Woda: 1638.41 g; Popiół: 20.56 g;  |  |  |

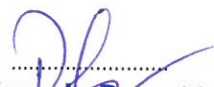
  
**Urszula Przepióra**  
 dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Hirszfelda   |  |   |
|---|--|---|
| Śniadanie<br>II Śniadanie   | Obiad<br>Podwieczorek  | Kolacja<br>Posiłek nocny  |
| <b>piątek 2024-06-21</b>  |  |   |
| <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. RADIOLOGICZNA IIRTII/</b>   |  |   |
| Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <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> ), Ser topiony plastry 2 szt. ( <b>MLE</b> ), Polędwica sopocka 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,  | Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba z pieca w sosie selerowo-pietruszkowym 80/120 ( <b>GLU, RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Marchew oprószana gotowana 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> ), Sałatka jarzynowa 200g ( <b>JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Galaretka warzywna z jajkiem 150g ( <b>GLU, SKR, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2349.83 kcal; Energia: 9664.83 kJ; Białko ogółem: 114.74 g; białko zwierzęce: 85.31 g; białko roślinne: 34.41 g; Tłuszcz: 81.80 g; Węglowodany ogółem: 328.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.58 g; Sód: 2340.51 mg; Potas: 5652.22 mg; Wapń: 1070.60 mg; Fosfor: 1870.96 mg; Błonnik pokarmowy: 37.12 g; suma cukrów prostych: 82.93 g; Woda: 1719.45 g; Popiół: 19.73 g;   |  |   |
| <b>piątek 2024-06-21</b>  |  |   |
| <b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD RADIOLOGICZNA VII RTIII/</b>   |  |   |
| Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Ser topiony plastry 2 szt. ( <b>MLE</b> ), Polędwica sopocka 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Serek wiejski b/lakt 200g ( <b>MLE</b> ), Jabłko gotowane 1 szt. ,                      | Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba z pieca w sosie selerowo-pietruszkowym 80/120 ( <b>GLU, RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Cukinia gotowana 75g, Jarzynka z wody gotowana 75g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy b/c 250 ml , | Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata H 250ml , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa 200g ( <b>JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Galaretka warzywna z jajkiem 150g ( <b>GLU, SKR, JAJ, MLE, SEL, *</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2403.20 kcal; Energia: 11635.25 kJ; Białko ogółem: 125.03 g; białko zwierzęce: 145.84 g; białko roślinne: 32.98 g; Tłuszcz: 91.12 g; Węglowodany ogółem: 303.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.56 g; Sód: 2220.98 mg; Potas: 6995.30 mg; Wapń: 1128.04 mg; Fosfor: 2521.05 mg; Błonnik pokarmowy: 40.01 g; suma cukrów prostych: 76.31 g; Woda: 1940.35 g; Popiół: 22.90 g; |  |   |

Dietetyk



**Urszula Przepióra**  
dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Hirszfelda  |  |  |
|--|--|--|
| Śniadanie<br>II Śniadanie  | Obiad<br>Podwieczorek  | Kolacja<br>Posiłek nocny   |
| <b>sobota 2024-06-22</b> <b>Dieta: H. DIETA PODSTAWOWA II</b>  |  |  |
| Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Kakao 250ml ( <i>MLE</i> ), Bułka pszenna 100g, Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Twaróg krojony 50g ( <i>MLE</i> ), Schab z kotła 30g ( <i>MLE, *</i> ), Pomidor 80g, Jabłko des. 1 szt. ,   | Zupa krem z brokuła z grzankami 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Risotto z mięsem z indyka i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 ( <i>GLU, SEL, *</i> ), Surówka z selera z papryką i ziel.pietrusz. 75g ( <i>MLE, SEL</i> ), Szpinak 75g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kompot owocowy 250ml ,      | Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Pieczywo graham H 50g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Parówka z indyka gotowana 2szt ( <i>*</i> ), Ketchup 20g, Papryka św. 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt owocowy 1 szt. ( <i>MLE</i> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 3018.60 kcal; Energia: 11658.73 kJ; Białko ogółem: 98.61 g; białko zwierzęce: 79.29 g; białko roślinne: 39.50 g; Tłuszcz: 78.08 g; Węglowodany ogółem: 442.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.19 g; Sód: 1906.26 mg; Potas: 5093.84 mg; Wapń: 1145.15 mg; Fosfor: 1891.71 mg; Błonnik pokarmowy: 36.51 g; suma cukrów prostych: 88.28 g; Woda: 1692.39 g; Popiół: 29.45 g;  |  |  |
| <b>sobota 2024-06-22</b> <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA III</b>  |  |  |
| Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Kakao 250ml ( <i>MLE</i> ), Bułka pszenna 100g, Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Twaróg krojony 50g ( <i>MLE</i> ), Schab z kotła 30g ( <i>MLE, *</i> ), Pomidor 80g, Jabłko des. 1 szt. ,   | Zupa krem z brokuła z grzankami 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Risotto z mięsem z indyka i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 ( <i>GLU, SEL, *</i> ), Szpinak 150g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kompot owocowy 250ml ,  | Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Pieczywo graham H 50g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Parówka z indyka gotowana 2szt ( <i>*</i> ), Ketchup 20g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt owocowy 1 szt. ( <i>MLE</i> ),                  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2947.18 kcal; Energia: 11536.51 kJ; Białko ogółem: 97.81 g; białko zwierzęce: 79.31 g; białko roślinne: 38.76 g; Tłuszcz: 78.97 g; Węglowodany ogółem: 418.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.05 g; Sód: 1864.09 mg; Potas: 4692.14 mg; Wapń: 1143.53 mg; Fosfor: 1812.15 mg; Błonnik pokarmowy: 32.84 g; suma cukrów prostych: 85.84 g; Woda: 1581.49 g; Popiół: 29.09 g;  |  |  |
| <b>sobota 2024-06-22</b> <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁUSZCZU IIIA</b>  |  |  |
| Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Kakao 250ml ( <i>MLE</i> ), Bułka pszenna 100g, Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Twaróg krojony 50g ( <i>MLE</i> ), Schab z kotła 30g ( <i>MLE, *</i> ), Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,  | Zupa krem z brokuła z grzankami 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Risotto z mięsem z indyka i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 ( <i>GLU, SEL, *</i> ), Szpinak 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> ), Parówka z indyka gotowana 2szt ( <i>*</i> ), Ketchup 20g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt owocowy 1 szt. ( <i>MLE</i> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2985.13 kcal; Energia: 11689.26 kJ; Białko ogółem: 99.28 g; białko zwierzęce: 78.44 g; białko roślinne: 41.10 g; Tłuszcz: 73.98 g; Węglowodany ogółem: 425.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.26 g; Sód: 1935.09 mg; Potas: 4520.29 mg; Wapń: 1146.23 mg; Fosfor: 1785.45 mg; Błonnik pokarmowy: 31.19 g; suma cukrów prostych: 87.37 g; Woda: 1552.83 g; Popiół: 29.14 g;  |  |  |
| <b>sobota 2024-06-22</b> <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. IIIB</b>  |  |  |
| Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Kakao 250ml ( <i>MLE</i> ), Bułka pszenna 100g, Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Twaróg krojony 50g ( <i>MLE</i> ), Schab z kotła 30g ( <i>MLE, *</i> ), Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Sok Kubuś 1 szt. 300ml ,  | Zupa krem z brokuła z grzankami 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Risotto z mięsem z indyka i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 ( <i>GLU, SEL, *</i> ), Szpinak 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> ), Parówka z indyka gotowana 2szt ( <i>*</i> ), Ketchup 20g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt owocowy 1 szt. ( <i>MLE</i> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 3111.13 kcal; Energia: 11834.84 kJ; Białko ogółem: 100.48 g; białko zwierzęce: 78.44 g; białko roślinne: 41.36 g; Tłuszcz: 74.58 g; Węglowodany ogółem: 453.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.32 g; Sód: 1938.09 mg; Potas: 4599.70 mg; Wapń: 1155.05 mg; Fosfor: 1793.39 mg; Błonnik pokarmowy: 32.08 g; suma cukrów prostych: 94.34 g; Woda: 1631.62 g; Popiół: 29.22 g; |  |  |
| <b>sobota 2024-06-22</b> <b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. IIIV</b>  |  |  |
| Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Kakao 250ml ( <i>MLE</i> ), Bułka grahamka 100g, Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Twaróg krojony 50g ( <i>MLE</i> ), Schab z kotła 30g ( <i>MLE, *</i> ), Pomidor 80g, Jabłko des. 1 szt. ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Sałatka z brokuła z jajkiem i majonezem 200g ( <i>JAJ, GOR</i> ),   | Zupa krem z brokuła z grzankami 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Risotto z mięsem z indyka i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 ( <i>GLU, SEL, *</i> ), Szpinak 75g ( <i>GLU, MLE</i> ), Surówka z selera z papryką i ziel.pietrusz. 75g ( <i>MLE, SEL</i> ), Kompot owocowy b/c 250 ml , | Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Parówka z indyka gotowana 2szt ( <i>*</i> ), Ketchup 20g, Papryka św. 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt z granolą owocową 150g ( <i>MLE</i> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 3158.65 kcal; Energia: 12207.27 kJ; Białko ogółem: 105.34 g; białko zwierzęce: 80.56 g; białko roślinne: 40.63 g; Tłuszcz: 92.12 g; Węglowodany ogółem: 422.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.43 g; Sód: 2031.41 mg; Potas: 5560.23 mg; Wapń: 1245.64 mg; Fosfor: 2169.72 mg; Błonnik pokarmowy: 38.53 g; suma cukrów prostych: 70.24 g; Woda: 1860.92 g; Popiół: 31.34 g; |  |  |



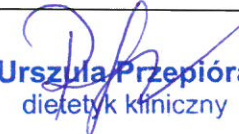
## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Hirszfelda  |   |   |
|--|---|---|
| Śniadanie<br>II Śniadanie  | Obiad<br>Podwieczorek   | Kolacja<br>Posiłek nocny  |
| <b>sobota 2024-06-22</b> <b>Dieta: H. DIETA PLYNNA/MIKSOWANA /III/</b>   |   |   |
| Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>Kisiel owocowy 200ml (*),   | Brokułowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Mięso mielone 70g ,  | Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>JAJ, SEL</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Suchary z mlekiem 150ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1357.64 kcal; Energia: 5595.57 kJ; Białko ogółem: 68.62 g; białko zwierzęce: 50.38 g; białko roślinne: 12.85 g; Tłuszcz: 59.06 g; Węglowodany ogółem: 163.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.87 g; Sód: 901.81 mg; Potas: 3429.78 mg; Wapń: 970.00 mg; Fosfor: 1612.16 mg; Błonnik pokarmowy: 14.28 g; suma cukrów prostych: 36.09 g; Woda: 852.93 g; Popiół: 12.14 g;      |   |   |
| <b>sobota 2024-06-22</b> <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA II GIN</b>   |   |   |
| Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kakao na mleku b/lakt 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka pszenna 100g , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony b/lakt 50g , Schab z kotła 30g ( <b>MLE, *</b> ), Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1 szt. ,   | Kompot owocowy 250ml , Zupa krem z brokuła z grzankami 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Risotto z mięsem z indyka i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Szpinak 150g ( <b>GLU, 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> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Ketchup 20g , Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt owocowy 1 szt. ( <b>MLE</b> ),                |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2931.78 kcal; Energia: 11467.31 kJ; Białko ogółem: 102.31 g; białko zwierzęce: 75.81 g; białko roślinne: 38.76 g; Tłuszcz: 78.62 g; Węglowodany ogółem: 407.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.17 g; Sód: 1837.34 mg; Potas: 4463.64 mg; Wapń: 1098.93 mg; Fosfor: 1690.25 mg; Błonnik pokarmowy: 32.44 g; suma cukrów prostych: 84.20 g; Woda: 1507.40 g; Popiół: 28.69 g; |   |   |
| <b>sobota 2024-06-22</b> <b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW VII GIN</b>  |   |   |
| Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kakao na mleku b/lakt 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka grahamka 100g , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony b/lakt 50g , Schab z kotła 30g ( <b>MLE, *</b> ), Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1 szt. ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Sałatka z brokuła z jajkiem i majonezem 200g ( <b>JAJ, GOR</b> ),   | Kompot owocowy 250ml , Zupa krem z brokuła z grzankami 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Risotto z mięsem z indyka i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Szpinak 75g ( <b>GLU, MLE</b> ), Buraczki z olejem gotowane 75g ,     | Herbata H 250ml , Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Ketchup 20g , Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt z granolą owocową b/lakt 150g ( <b>MLE</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 3237.52 kcal; Energia: 12469.20 kJ; Białko ogółem: 113.93 g; białko zwierzęce: 81.36 g; białko roślinne: 39.92 g; Tłuszcz: 99.30 g; Węglowodany ogółem: 419.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.47 g; Sód: 1924.14 mg; Potas: 4950.35 mg; Wapń: 981.38 mg; Fosfor: 1823.40 mg; Błonnik pokarmowy: 35.75 g; suma cukrów prostych: 78.06 g; Woda: 1626.40 g; Popiół: 29.44 g;  |   |   |
| <b>sobota 2024-06-22</b> <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. RADIOLOGICZNA IIRTI/II</b>  |   |   |
| Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kakao 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka pszenna 100g , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Schab z kotła 30g ( <b>MLE, *</b> ), Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1 szt. ,  | Zupa krem z brokuła z grzankami 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Risotto z mięsem z indyka i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 ( <b>GLU, SEL, *</b> ), 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> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Ketchup 20g , Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt z granolą owocową b/lakt 150g ( <b>MLE</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 3012.08 kcal; Energia: 11339.31 kJ; Białko ogółem: 99.97 g; białko zwierzęce: 76.71 g; białko roślinne: 38.61 g; Tłuszcz: 83.57 g; Węglowodany ogółem: 415.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.89 g; Sód: 1787.49 mg; Potas: 4197.64 mg; Wapń: 947.93 mg; Fosfor: 1658.25 mg; Błonnik pokarmowy: 32.14 g; suma cukrów prostych: 72.90 g; Woda: 1418.20 g; Popiół: 27.74 g;   |   |   |
| <b>sobota 2024-06-22</b> <b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD RADIOLOGICZNA VII RTII/II</b>  |   |   |
| Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kakao 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka grahamka 100g , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Schab z kotła 30g ( <b>MLE, *</b> ), Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1 szt. ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Sałatka z brokuła z jajkiem i majonezem 200g ( <b>JAJ, GOR</b> ),  | Zupa krem z brokuła z grzankami 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Risotto z mięsem z indyka i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Szpinak 75g ( <b>GLU, MLE</b> ), Buraczki z olejem gotowane 75g , Kompot owocowy b/c 250ml , | Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata H 250ml , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Ketchup 20g , Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt z granolą owocową 150g ( <b>MLE</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 3193.24 kcal; Energia: 12282.11 kJ; Białko ogółem: 104.46 g; białko zwierzęce: 80.56 g; białko roślinne: 39.75 g; Tłuszcz: 96.38 g; Węglowodany ogółem: 407.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.68 g; Sód: 2020.57 mg; Potas: 5189.03 mg; Wapń: 1230.56 mg; Fosfor: 2079.43 mg; Błonnik pokarmowy: 34.89 g; suma cukrów prostych: 75.07 g; Woda: 1728.91 g; Popiół: 30.91 g; |   |   |



## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Hirszfelda  |   |   |
|--|---|---|
| Śniadanie<br>II Śniadanie  | Obiad<br>Podwieczorek   | Kolacja<br>Posiłek nocny  |
| <b>niedziela 2024-06-23</b>  |   |   |
| <b>Dieta: H. DIETA PODSTAWOWA III</b>  |   |   |
| Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <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> ), Jajecznicza 100g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Nektarynka 1 szt. ,   | Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Udko opiekane 130g, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 75g, Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem i kukurydzą 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> ), Szyunka gotowana 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Ser żółty 50g ( <b>MLE</b> ), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Koktajki brzoskwińowy na ml./lakt 250ml ( <b>MLE</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2589.51 kcal; Energia: 10443.90 kJ; Białko ogółem: 108.97 g; białko zwierzęce: 101.72 g; białko roślinne: 27.08 g; Tłuszcz: 86.52 g; Węglowodany ogółem: 304.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.71 g; Sód: 2562.22 mg; Potas: 4712.77 mg; Wapń: 1404.75 mg; Fosfor: 2172.18 mg; Błonnik pokarmowy: 27.09 g; suma cukrów prostych: 77.48 g; Woda: 1733.86 g; Popiół: 20.09 g;  |   |   |
| <b>niedziela 2024-06-23</b>  |   |   |
| <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA IIII</b>  |   |   |
| Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <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> ), Jajecznicza 100g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Nektarynka 1 szt. ,   | Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Udko w sosie potrawkowym duszone 130/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z jabłkiem 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> ), Szyunka gotowana 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Ser żółty 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Koktajki brzoskwińowy na ml./lakt 250ml ( <b>MLE</b> ),                 |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2618.43 kcal; Energia: 10656.69 kJ; Białko ogółem: 110.34 g; białko zwierzęce: 101.74 g; białko roślinne: 28.51 g; Tłuszcz: 88.96 g; Węglowodany ogółem: 298.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.66 g; Sód: 2557.10 mg; Potas: 4768.28 mg; Wapń: 1399.41 mg; Fosfor: 2153.84 mg; Błonnik pokarmowy: 27.48 g; suma cukrów prostych: 80.66 g; Woda: 1664.56 g; Popiół: 20.26 g;  |   |   |
| <b>niedziela 2024-06-23</b>  |   |   |
| <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁUSZCZU IIIAI</b>  |   |   |
| Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka weka H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Jajecznicza 100g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, Nektarynka 1 szt. ,  | Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Udko w sosie potrawkowym duszone 130/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,                       | Herbata H 250ml, Bułka weka H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Pasta z sera i wędliny 100g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Koktajki brzoskwińowy na ml./lakt 250ml ( <b>MLE</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2692.70 kcal; Energia: 10943.06 kJ; Białko ogółem: 111.08 g; białko zwierzęce: 92.01 g; białko roślinne: 33.11 g; Tłuszcz: 83.69 g; Węglowodany ogółem: 318.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.23 g; Sód: 1851.82 mg; Potas: 4493.20 mg; Wapń: 1052.69 mg; Fosfor: 1987.48 mg; Błonnik pokarmowy: 23.32 g; suma cukrów prostych: 85.28 g; Woda: 1600.79 g; Popiół: 18.22 g;   |   |   |
| <b>niedziela 2024-06-23</b>  |   |   |
| <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. IIIBI</b>  |   |   |
| Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka weka H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Jajecznicza 100g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, Nektarynka 1 szt. ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Budyń waniliowy 200ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ),  | Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Udko w sosie potrawkowym duszone 130/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,                       | Herbata H 250ml, Bułka weka H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Pasta z sera i wędliny 100g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Koktajki brzoskwińowy na ml./lakt 250ml ( <b>MLE</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2855.43 kcal; Energia: 11717.54 kJ; Białko ogółem: 125.13 g; białko zwierzęce: 106.01 g; białko roślinne: 33.16 g; Tłuszcz: 87.71 g; Węglowodany ogółem: 343.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.63 g; Sód: 1940.33 mg; Potas: 4772.73 mg; Wapń: 1292.60 mg; Fosfor: 2163.26 mg; Błonnik pokarmowy: 23.36 g; suma cukrów prostych: 102.14 g; Woda: 1778.30 g; Popiół: 19.65 g; |   |   |

  
 Urszula Przepióra  
 dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Hirszfelda   |  |   |
|---|--|---|
| Śniadanie<br>II Śniadanie   | Obiad<br>Podwieczorek  | Kolacja<br>Posiłek nocny  |
| <b>niedziela 2024-06-23</b>   |  |   |
| <b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. VIII</b>  |  |   |
| Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajecznica 100g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Nektarynka 1 szt.,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Galaretką drobiowa 200g ( <b>SKR, JAJ, SEL</b> ),   | Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Udko w sosie potrawkowym duszone 130/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 75g, Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem i kukurydzą 75g ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250 ml, | Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka gotowana 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Ser żółty 50g ( <b>MLE</b> ), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Koktajl brzoskwinowy na ml./lakt 250ml ( <b>MLE</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2621.57 kcal; Energia: 10043.99 kJ; Białko ogółem: 129.11 g; białko zwierzęce: 107.18 g; białko roślinne: 26.65 g; Tłuszcz: 94.04 g; Węglowodany ogółem: 260.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.06 g; Sód: 2429.00 mg; Potas: 4925.01 mg; Wapń: 1441.13 mg; Fosfor: 2258.24 mg; Błonnik pokarmowy: 30.04 g; suma cukrów prostych: 66.67 g; Woda: 1770.68 g; Popiół: 20.22 g; |  |   |
| <b>niedziela 2024-06-23</b>   |  |   |
| <b>Dieta: H. DIETA PŁYNNA/MIKSOWANA IIII</b>  |  |   |
| Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>Budyń waniliowy 200ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ),   | Rosół mixowany 1000ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Mięso mielone 70g, Ziemniaki gotowane 200g,  | Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>JAJ, SEL</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Twarożek płynny 150g ( <b>MLE</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1586.03 kcal; Energia: 6973.61 kJ; Białko ogółem: 69.58 g; białko zwierzęce: 59.60 g; białko roślinne: 16.21 g; Tłuszcz: 62.81 g; Węglowodany ogółem: 190.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.67 g; Sód: 850.01 mg; Potas: 3823.48 mg; Wapń: 1157.63 mg; Fosfor: 1883.51 mg; Błonnik pokarmowy: 13.04 g; suma cukrów prostych: 48.16 g; Woda: 964.05 g; Popiół: 13.35 g;      |  |   |
| <b>niedziela 2024-06-23</b>   |  |   |
| <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA II GIN</b>   |  |   |
| Pł. jęczmienne na mleku b/lakt 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem b/lakt 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> ), Jajecznica 100g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, Nektarynka 1 szt.,  | Kompot owocowy 250ml, Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Udko w sosie potrawkowym duszone 130/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 150g,   | 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> ), Szyunka gotowana 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Ser żółty 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Koktajl brzoskwinowy na ml./lakt 250ml ( <b>MLE</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2477.68 kcal; Energia: 9950.54 kJ; Białko ogółem: 92.84 g; białko zwierzęce: 84.24 g; białko roślinne: 28.51 g; Tłuszcz: 83.96 g; Węglowodany ogółem: 270.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.66 g; Sód: 2438.70 mg; Potas: 4124.68 mg; Wapń: 1094.96 mg; Fosfor: 1919.29 mg; Błonnik pokarmowy: 26.22 g; suma cukrów prostych: 68.55 g; Woda: 1345.02 g; Popiół: 17.98 g;    |  |   |
| <b>niedziela 2024-06-23</b>   |  |   |
| <b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW VII GIN</b>  |  |   |
| Pł. jęczmienne na mleku b/lakt 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajecznica 100g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, Nektarynka 1 szt.,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Galaretką drobiowa 200g ( <b>SKR, JAJ, SEL</b> ),   | Kompot owocowy 250ml, Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Udko w sosie potrawkowym duszone 130/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem i kukurydzą 75g ( <b>MLE</b> ), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 75g,      | Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka gotowana 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Ser żółty 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Koktajl brzoskwinowy na ml./lakt 250ml ( <b>MLE</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2526.80 kcal; Energia: 9528.93 kJ; Białko ogółem: 111.01 g; białko zwierzęce: 89.68 g; białko roślinne: 26.05 g; Tłuszcz: 89.10 g; Węglowodany ogółem: 244.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.04 g; Sód: 2299.46 mg; Potas: 4201.73 mg; Wapń: 1122.00 mg; Fosfor: 2002.26 mg; Błonnik pokarmowy: 29.09 g; suma cukrów prostych: 65.77 g; Woda: 1383.10 g; Popiół: 17.52 g;   |  |   |
| <b>niedziela 2024-06-23</b>   |  |   |
| <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. RADIOLOGICZNA IIRTI/II</b>  |  |   |
| Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <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> ), Jajecznica 100g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, Nektarynka 1 szt.,   | Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Udko w sosie potrawkowym duszone 130/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z jabłkiem 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> ), Szyunka gotowana 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Ser żółty 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Koktajl brzoskwinowy na ml./lakt 250ml ( <b>MLE</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2602.68 kcal; Energia: 10590.54 kJ; Białko ogółem: 110.34 g; białko zwierzęce: 101.74 g; białko roślinne: 28.51 g; Tłuszcz: 88.96 g; Węglowodany ogółem: 282.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.66 g; Sód: 2548.70 mg; Potas: 4472.18 mg; Wapń: 1389.96 mg; Fosfor: 2131.79 mg; Błonnik pokarmowy: 26.22 g; suma cukrów prostych: 80.55 g; Woda: 1565.02 g; Popiół: 19.73 g; |  |   |

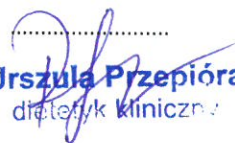
Urszula Przepióra  
dietyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Hirszfelda  |   |  |
|--|---|--|
| Śniadanie<br>II Śniadanie  | Obiad<br>Podwieczorek   | Kolacja<br>Posiłek nocny   |
| niedziela 2024-06-23   |   |  |
| Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD<br>RADIOLOGICZNA VII RTIII/  |   |  |
| Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <i>GLU, MLE, *</i> ),<br>Kawa inka z mlekiem 250ml ( <i>MLE</i> ), Pieczywo<br>graham H 100g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g<br>( <i>MLE</i> ), Jajecznicza 100g ( <i>JAJ, MLE</i> ), Sałata ziel.<br>10g, Nektarynka 1 szt. ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Galaretka drobiowa 200g ( <i>SKR, JAJ, SEL</i> ),   | Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU,<br/>SEL, *</i> ), Udko w sosie potrawkowym duszone<br>130/120 ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki gotowane z<br>koperkiem 200g, Surówka z marchwi i jabłka z<br>jogurtem i kukurydzą 75g ( <i>MLE</i> ), Buraczki z jabłkiem<br>z olejem gotowane 75g, Kompot owocowy b/c 250<br>ml, | Pieczywo graham H 100g ( <i>GLU, MLE, *</i> ),<br>Herbata H 250ml, Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Szynka<br>gotowana 50g ( <i>SEL, GOR</i> ), Ser żółty 50g<br>( <i>MLE</i> ), Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Koktajl brzoskwinowy na ml.b/lakt 250ml<br>( <i>MLE</i> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2591.52 kcal; Energia: 9916.24 kJ; Białko ogółem: 128.34 g; białko zwierzęce: 107.18 g; białko roślinne: 25.88 g; Tłuszcz: 93.93 g; Węglowodany ogółem: 241.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.02 g; Sód: 2408.50 mg; Potas: 4491.41 mg; Wapń: 1415.18 mg; Fosfor: 2210.89 mg; Błonnik pokarmowy: 28.23 g; suma cukrów prostych: 66.45 g; Woda: 1565.76 g; Popiół: 19.14 g; |   |  |


Dietetyk

  
 Urszula Przepióra  
 dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów


| Oddział: Szpital Hirszfelda   |  |  |
|---|--|--|
| Śniadanie<br>II Śniadanie   | Obiad<br>Podwieczorek  | Kolacja<br>Posiłek nocny   |
| <b>poniedziałek 2024-06-24</b> <b>Dieta: H. DIETA PODSTAWOWA III</b>  |  |  |
| Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <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> ), Pasztet drobiowy 50g - 1/3 szt. ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Szynka indyk z pasieki 30g, Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g, Nektarynka 1 szt. ,  | Selerowa z zieloną pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Bitka schab. w sosie pieczeniowym duszona 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Kopytka 200g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Mizeria ze śmietaną 75g ( <b>MLE</b> ), Kalafor z wody gotowany 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> ), Serek kanapkowy 50g, Szynka gotowana z indyka 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g, Jogurt naturalny 1 szt. ( <b>MLE</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2418.46 kcal; Energia: 10165.27 kJ; Białko ogółem: 95.05 g; białko zwierzęce: 61.56 g; białko roślinne: 31.16 g; Tłuszcz: 80.35 g; Węglowodany ogółem: 343.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.06 g; Sód: 2292.61 mg; Potas: 4505.90 mg; Wapń: 924.11 mg; Fosfor: 1528.24 mg; Błonnik pokarmowy: 25.38 g; suma cukrów prostych: 70.95 g; Woda: 1588.94 g; Popiół: 17.15 g;  |  |  |
| <b>poniedziałek 2024-06-24</b> <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA IIII</b>  |  |  |
| Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <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> ), Pasztet drobiowy 50g - 1/3 szt. ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Szynka indyk z pasieki 50g, Sałata ziel. 10g, Nektarynka 1 szt. ,  | Selerowa z zieloną pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Bitka schab. w sosie pieczeniowym duszona 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Kopytka 200g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Kalafor z wody gotowany 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> ), Serek kanapkowy 50g, Szynka gotowana z indyka 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g, Jogurt naturalny 1 szt. ( <b>MLE</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2357.50 kcal; Energia: 10043.70 kJ; Białko ogółem: 98.76 g; białko zwierzęce: 65.10 g; białko roślinne: 31.41 g; Tłuszcz: 79.38 g; Węglowodany ogółem: 327.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.31 g; Sód: 2471.02 mg; Potas: 4373.13 mg; Wapń: 891.75 mg; Fosfor: 1491.89 mg; Błonnik pokarmowy: 26.03 g; suma cukrów prostych: 69.51 g; Woda: 1458.49 g; Popiół: 16.69 g;  |  |  |
| <b>poniedziałek 2024-06-24</b> <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁUSZCZU IIIAI</b>  |  |  |
| Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka weka H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Pasztet drobiowy 50g - 1/3 szt. ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Szynka indyk z pasieki 30g, Sałata ziel. 10g, Nektarynka 1 szt. ,  | Selerowa z zieloną pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Bitka schab. w sosie pieczeniowym duszona 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Kopytka 200g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Kalafor z wody gotowany 150g, Kompot owocowy 250ml ,  | Herbata H 250ml , Bułka weka H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Serek kanapkowy 50g, Szynka gotowana z indyka 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g, Jogurt naturalny 1 szt. ( <b>MLE</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2475.01 kcal; Energia: 10618.45 kJ; Białko ogółem: 98.80 g; białko zwierzęce: 60.54 g; białko roślinne: 36.01 g; Tłuszcz: 77.22 g; Węglowodany ogółem: 345.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.38 g; Sód: 2426.02 mg; Potas: 4053.03 mg; Wapń: 883.70 mg; Fosfor: 1432.64 mg; Błonnik pokarmowy: 21.87 g; suma cukrów prostych: 71.99 g; Woda: 1361.95 g; Popiół: 16.21 g;  |  |  |
| <b>poniedziałek 2024-06-24</b> <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. IIIBI</b>  |  |  |
| Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka weka H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Pasztet drobiowy 50g - 1/3 szt. ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Szynka indyk z pasieki 30g, Sałata ziel. 10g, Nektarynka 1 szt. ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Kisiel owocowy 200ml (*),   | Selerowa z zieloną pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Bitka schab. w sosie pieczeniowym duszona 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Kopytka 200g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Kalafor z wody gotowany 150g, Kompot owocowy 250ml ,  | Herbata H 250ml , Bułka weka H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Serek kanapkowy 50g, Szynka gotowana z indyka 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g, Jogurt naturalny 1 szt. ( <b>MLE</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2499.51 kcal; Energia: 10721.45 kJ; Białko ogółem: 101.30 g; białko zwierzęce: 60.54 g; białko roślinne: 36.08 g; Tłuszcz: 77.25 g; Węglowodany ogółem: 351.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.38 g; Sód: 2426.27 mg; Potas: 4072.28 mg; Wapń: 886.70 mg; Fosfor: 1436.39 mg; Błonnik pokarmowy: 22.37 g; suma cukrów prostych: 76.42 g; Woda: 1380.37 g; Popiół: 16.26 g; |  |  |

  
**Urszula Przepióra**  
 dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Hirszfelda   |  |   |
|---|--|---|
| Śniadanie<br>II Śniadanie   | Obiad<br>Podwieczerek  | Kolacja<br>Posiłek nocny  |
| <b>poniedziałek 2024-06-24</b> <b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/</b>  |  |   |
| Ryż na mleku 300ml ( <i>MLE</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <i>MLE</i> ), Pieczywo graham H 100g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Pasztet drobiowy 50g - 1/3 szt. ( <i>GLU, SOJ, MLE</i> ), Szyunka indyk z pasieki 30g, Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g, Nektarynka 1 szt.,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Jogurt naturalny z granolą owocową 200g ( <i>GLU, MLE</i> ), Sok wielowarzywny 1szt. 300ml, | Selerowa z zieloną pietruszką 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Potrawka drobiowa gotowana 80/120 ( <i>GLU, SEL</i> ), Kopytka 200g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Sałata z jogurtem ( <i>MLE</i> ), Kalafor z wody gotowany 75g, Kompot owocowy b/c 250 ml, Kopytka 200g ( <i>GLU, JAJ</i> ), | Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Serek kanapkowy 50g, Szyunka gotowana z indyka 50g ( <i>GLU, SOJ, MLE</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Serek wiejski 200g ( <i>MLE</i> ), Banan 1 szt.,   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 3073.92 kcal; Energia: 13174.05 kJ; Białko ogółem: 129.05 g; białko zwierzęce: 119.21 g; białko roślinne: 37.63 g; Tłuszcz: 89.37 g; Węglowodany ogółem: 440.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.53 g; Sód: 2461.41 mg; Potas: 6855.39 mg; Wapń: 1154.15 mg; Fosfor: 2326.36 mg; Błonnik pokarmowy: 35.10 g; suma cukrów prostych: 80.05 g; Woda: 1959.20 g; Popiół: 22.48 g;         |  |   |
| <b>poniedziałek 2024-06-24</b> <b>Dieta: H. DIETA PŁYNNA/MIKSOWANA /III/</b>  |  |   |
| Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500 ml ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>Kisiel owocowy 200ml (*),  | Selerowa z zieloną pietruszką 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Mięso mielone 70g, Ziemniaki gotowane 200g, Kalafor z wody gotowany 150g,  | Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <i>JAJ, SEL</i> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Biszkopcy z herbatą 150ml/40g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1431.90 kcal; Energia: 6234.46 kJ; Białko ogółem: 51.07 g; białko zwierzęce: 33.80 g; białko roślinne: 21.09 g; Tłuszcz: 59.05 g; Węglowodany ogółem: 196.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.08 g; Sód: 790.69 mg; Potas: 4130.30 mg; Wapń: 774.78 mg; Fosfor: 1460.55 mg; Błonnik pokarmowy: 19.18 g; suma cukrów prostych: 39.87 g; Woda: 911.06 g; Popiół: 12.89 g;               |  |   |
| <b>poniedziałek 2024-06-24</b> <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA II GIN</b>  |  |   |
| Ryż na mleku b/lakt 300ml ( <i>MLE</i> ), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Pieczywo graham H 50g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Pasztet drobiowy 50g - 1/3 szt. ( <i>GLU, SOJ, MLE</i> ), Szyunka indyk z pasieki 30g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt.,  | Kompot owocowy 250ml, Selerowa z zieloną pietruszką 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Bitka schab. w sosie pieczeniowym duszona 80/120 ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Kopytka 200g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Kalafor z wody gotowany 150g,   | Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Pieczywo graham H 50g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Serek kanapkowy 50g, Szyunka gotowana z indyka 50g ( <i>GLU, SOJ, MLE</i> ), Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy 200g, Jogurt naturalny 1 szt. ( <i>MLE</i> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2285.01 kcal; Energia: 9662.85 kJ; Białko ogółem: 77.17 g; białko zwierzęce: 43.79 g; białko roślinne: 32.05 g; Tłuszcz: 74.50 g; Węglowodany ogółem: 317.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.37 g; Sód: 2164.22 mg; Potas: 3692.73 mg; Wapń: 583.60 mg; Fosfor: 1266.64 mg; Błonnik pokarmowy: 25.78 g; suma cukrów prostych: 55.33 g; Woda: 1159.56 g; Popiół: 14.23 g;             |  |   |
| <b>poniedziałek 2024-06-24</b> <b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW VII GIN</b>   |  |   |
| Ryż na mleku b/lakt 300ml ( <i>MLE</i> ), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Pasztet drobiowy 50g - 1/3 szt. ( <i>GLU, SOJ, MLE</i> ), Szyunka indyk z pasieki 30g, Sałata ziel. 10g, Nektarynka 1 szt.,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Jogurt naturalny b/lak z granolą owocową 200g ( <i>GLU, MLE</i> ),   | Kompot owocowy 250ml, Selerowa z zieloną pietruszką 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Bitka schab. w sosie pieczeniowym duszona 80/120 ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Kopytka 200g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Kalafor z wody gotowany 75g, Puree z dyni 75g ( <i>GLU</i> ),                     | Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Serek kanapkowy b/lakt 50g, Szyunka gotowana z indyka 50g ( <i>GLU, SOJ, MLE</i> ), Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Serek wiejski b/lakt 200g ( <i>MLE</i> ), Banan 1 szt.,  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2718.01 kcal; Energia: 12710.30 kJ; Białko ogółem: 96.50 g; białko zwierzęce: 105.04 g; białko roślinne: 31.52 g; Tłuszcz: 93.89 g; Węglowodany ogółem: 354.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 53.78 g; Sód: 2014.42 mg; Potas: 5368.48 mg; Wapń: 581.55 mg; Fosfor: 2013.34 mg; Błonnik pokarmowy: 29.65 g; suma cukrów prostych: 68.72 g; Woda: 1292.60 g; Popiół: 17.61 g;           |  |   |


  
 Urszula Przepióra  
 dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Hirszfelda   |  |  |
|---|--|--|
| Śniadanie<br>II Śniadanie   | Obiad<br>Podwieczorek  | Kolacja<br>Posiłek nocny   |
| <b>poniedziałek 2024-06-24</b>  |  |  |
| <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. RADIOLOGICZNA IIRTII/</b>   |  |  |
| Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <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> ), Paszтет drobiowy 50g - 1/3 szt. ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Szyńka indyk z pasieki 30g, Sałata ziel. 10g, Nektaryńka 1 szt. ,  | Selerowa z zieloną pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Bitka schab. w sosie pieczeniowym duszona 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Kopytka 200g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Kalafior z wody gotowany 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> ), Serek kanapkowy 50g , Szyńka gotowana z indyka 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy 200g , Jogurt naturalny 1 szt. ( <b>MLE</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2322.01 kcal; Energia: 9977.55 kJ; Białko ogółem: 94.95 g; białko zwierzęce: 61.29 g; białko roślinne: 31.41 g; Tłuszcz: 79.02 g; Węglowodany ogółem: 311.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.31 g; Sód: 2273.92 mg; Potas: 4077.03 mg; Wapń: 882.30 mg; Fosfor: 1469.84 mg; Błonnik pokarmowy: 24.77 g; suma cukrów prostych: 69.40 g; Woda: 1358.95 g; Popiół: 16.17 g;     |  |  |
| <b>poniedziałek 2024-06-24</b>  |  |  |
| <b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD RADIOLOGICZNA VII RTIII/</b>   |  |  |
| Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Paszтет drobiowy 50g - 1/3 szt. ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Szyńka indyk z pasieki 30g, Sałata ziel. 10g, Nektaryńka 1 szt. ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Jogurt naturalny z granolą owocową 200g ( <b>GLU, MLE</b> ), Sok wielowarzywny 1szt. 300ml ,        | Selerowa z zieloną pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Bitka schab. w sosie pieczeniowym duszona 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Kopytka 200g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Kalafior z wody gotowany 75g, Mizeria ze śmietaną 75g ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250 ml , | Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata H 250ml , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Serek kanapkowy 50g , Szyńka gotowana z indyka 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Serek wiejski 200g ( <b>MLE</b> ), Banan 1 szt. ,  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2583.73 kcal; Energia: 12473.36 kJ; Białko ogółem: 114.73 g; białko zwierzęce: 128.51 g; białko roślinne: 29.01 g; Tłuszcz: 83.89 g; Węglowodany ogółem: 338.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.58 g; Sód: 2411.11 mg; Potas: 5713.46 mg; Wapń: 1069.33 mg; Fosfor: 2352.52 mg; Błonnik pokarmowy: 25.76 g; suma cukrów prostych: 75.62 g; Woda: 1584.33 g; Popiół: 20.10 g; |  |  |

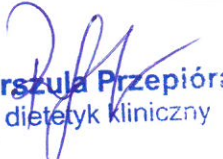
Dietetyk

  
**Urszula P. Zepióra**  
 dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Hirszfelda  |   |  |
|--|---|--|
| Śniadanie<br>II Śniadanie  | Obiad<br>Podwieczorek   | Kolacja<br>Posiłek nocny   |
| <b>wtorek 2024-06-25</b>   |   |  |
| <b>Dieta: H. DIETA PODSTAWOWA II</b>   |   |  |
| Kasza kukurydz.na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Polędwica drobiowa 50g (SOJ, *), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Pomidor 80g, Jabłko des. 1 szt. ,   | Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300g (GLU, JAJ, MLE), Sałata z jogurtem (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), Pasta z tuńczyka i twarogu z pietruszką 100g (JAJ, MLE, GOR, MCK), Pomidor 80g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>De-serek z mussem owocowym 1 szt. ,      |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2542.16 kcal; Energia: 10142.25 kJ; Białko ogółem: 108.18 g; białko zwierzęce: 58.60 g; białko roślinne: 28.95 g; Tłuszcz: 90.60 g; Węglowodany ogółem: 339.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.48 g; Sód: 1388.11 mg; Potas: 3195.41 mg; Wapń: 885.69 mg; Fosfor: 1374.76 mg; Błonnik pokarmowy: 22.52 g; suma cukrów prostych: 64.41 g; Woda: 1250.21 g; Popiół: 13.86 g;  |   |  |
| <b>wtorek 2024-06-25</b>   |   |  |
| <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA III</b>   |   |  |
| Kasza kukurydz.na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Polędwica drobiowa 50g (SOJ, *), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Sałata ziel. 10g , Jabłko gotowane 1 szt. ,   | Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300g (GLU, JAJ, MLE), Sałata z jogurtem (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), Pasta z tuńczyka i twarogu z pietruszką 100g (JAJ, MLE, GOR, MCK), Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>De-serek z mussem owocowym 1 szt. , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2477.56 kcal; Energia: 10078.18 kJ; Białko ogółem: 108.14 g; białko zwierzęce: 58.60 g; białko roślinne: 28.99 g; Tłuszcz: 90.57 g; Węglowodany ogółem: 305.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.52 g; Sód: 1378.67 mg; Potas: 2864.79 mg; Wapń: 890.88 mg; Fosfor: 1358.86 mg; Błonnik pokarmowy: 21.92 g; suma cukrów prostych: 63.64 g; Woda: 1182.81 g; Popiół: 13.89 g;  |   |  |
| <b>wtorek 2024-06-25</b>   |   |  |
| <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁUSZCZU IIIA</b>   |   |  |
| Kasza kukurydz.na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (MLE), Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Polędwica drobiowa 50g (SOJ, *), Pasta z białka jaja z koperkiem 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko gotowane 1 szt. ,   | Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300g (GLU, JAJ, MLE), Sałata z jogurtem (MLE), Kompot owocowy 250ml , | Herbata H 250ml , Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Pasta z tuńczyka i twarogu z pietruszką 100g (JAJ, MLE, GOR, MCK), Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>De-serek z mussem owocowym 1 szt. ,  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2584.34 kcal; Energia: 10216.38 kJ; Białko ogółem: 109.53 g; białko zwierzęce: 49.85 g; białko roślinne: 33.67 g; Tłuszcz: 86.58 g; Węglowodany ogółem: 339.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.60 g; Sód: 1389.98 mg; Potas: 2719.67 mg; Wapń: 847.20 mg; Fosfor: 1119.19 mg; Błonnik pokarmowy: 19.12 g; suma cukrów prostych: 66.23 g; Woda: 1112.28 g; Popiół: 12.99 g;  |   |  |
| <b>wtorek 2024-06-25</b>   |   |  |
| <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. IIIB</b>   |   |  |
| Kasza kukurydz.na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (MLE), Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Polędwica drobiowa 50g (SOJ, *), Pasta z białka jaja z koperkiem 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko gotowane 1 szt. ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *),  | Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300g (GLU, JAJ, MLE), Sałata z jogurtem (MLE), Kompot owocowy 250ml , | Herbata H 250ml , Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Pasta z tuńczyka i twarogu z pietruszką 100g (JAJ, MLE, GOR, MCK), Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>De-serek z mussem owocowym 1 szt. ,  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2747.07 kcal; Energia: 10990.86 kJ; Białko ogółem: 123.58 g; białko zwierzęce: 63.85 g; białko roślinne: 33.72 g; Tłuszcz: 90.60 g; Węglowodany ogółem: 364.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.00 g; Sód: 1478.49 mg; Potas: 2999.20 mg; Wapń: 1087.11 mg; Fosfor: 1294.97 mg; Błonnik pokarmowy: 19.15 g; suma cukrów prostych: 83.09 g; Woda: 1289.79 g; Popiół: 14.42 g; |   |  |

  
 Urszula Przepióra  
 dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Hirszfelda  |  |  |
|--|--|--|
| Śniadanie<br>II Śniadanie  | Obiad<br>Podwieczorek  | Kolacja<br>Posiłek nocny   |
| <b>wtorek 2024-06-25</b> <b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VIII/</b>  |  |  |
| Kasza kukurydza na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica drobiowa 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Pomidor 80g, Jabłko des. 1 szt.,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Budyń waniliowy 200ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ),                                    | Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Sałata z jogurtem ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250 ml,       | Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z tuńczyka i twarogu z pietruszką 100g ( <b>JAJ, MLE, GOR, MCK</b> ), Pomidor 80g, Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Sałatka z kaszy z szynką i jarzynką 7-skl. 200g ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2501.79 kcal; Energia: 10212.75 kJ; Białko ogółem: 113.89 g; białko zwierzęce: 72.55 g; białko roślinne: 31.50 g; Tłuszcz: 98.62 g; Węglowodany ogółem: 316.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.59 g; Sód: 1312.54 mg; Potas: 3860.20 mg; Wapń: 1209.01 mg; Fosfor: 1670.79 mg; Błonnik pokarmowy: 27.55 g; suma cukrów prostych: 71.91 g; Woda: 1439.24 g; Popiół: 59.65 g; |  |  |
| <b>wtorek 2024-06-25</b> <b>Dieta: H. DIETA PLYNNA/MIKSOWANA /III/</b>   |  |  |
| Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>Budyń waniliowy 200ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ),  | Jarzynowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, *</b> ), Mięso mielone 70g, Ziemniaki gotowane 200g,  | Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>JAJ, SEL</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Suchary z mlekiem 150ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1653.12 kcal; Energia: 6994.84 kJ; Białko ogółem: 83.20 g; białko zwierzęce: 63.54 g; białko roślinne: 16.70 g; Tłuszcz: 62.45 g; Węglowodany ogółem: 226.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.81 g; Sód: 985.08 mg; Potas: 4561.83 mg; Wapń: 1188.11 mg; Fosfor: 1886.02 mg; Błonnik pokarmowy: 16.97 g; suma cukrów prostych: 49.30 g; Woda: 1145.54 g; Popiół: 15.11 g;    |  |  |
| <b>wtorek 2024-06-25</b> <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA II GIN</b>   |  |  |
| Kasza kukurydziana na mleku b/lakt 300ml ( <b>MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem b/lakt 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> ), Polędwica drobiowa 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt.,   | Kompot owocowy 250ml, Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Sałata z jogurtem b/lakt ( <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> ), Pasta z tuńczyka i twarogu z pietruszką b/lak 100g ( <b>JAJ, GOR, MCK</b> ), Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Bieluch waniliowy b/lakt 1szt, |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2050.66 kcal; Energia: 8171.63 kJ; Białko ogółem: 76.39 g; białko zwierzęce: 37.60 g; białko roślinne: 28.95 g; Tłuszcz: 77.06 g; Węglowodany ogółem: 257.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.06 g; Sód: 1243.32 mg; Potas: 2437.39 mg; Wapń: 539.98 mg; Fosfor: 1025.86 mg; Błonnik pokarmowy: 21.72 g; suma cukrów prostych: 49.45 g; Woda: 913.75 g; Popiół: 11.66 g;     |  |  |
| <b>wtorek 2024-06-25</b> <b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW VII GIN</b>  |  |  |
| Kasza kukurydziana na mleku b/lakt 300ml ( <b>MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica drobiowa 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt.,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Budyń waniliowy 200ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ),                             | Kompot owocowy 250ml, Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Jarzynka z wody gotowana 75g ( <b>SEL</b> ), | Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z tuńczyka i twarogu z pietruszką b/lak 100g ( <b>JAJ, GOR, MCK</b> ), Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Sałatka z kaszy z szynką i jarzynką 7-skl. 200g ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ),             |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2428.37 kcal; Energia: 9702.49 kJ; Białko ogółem: 94.56 g; białko zwierzęce: 51.55 g; białko roślinne: 33.16 g; Tłuszcz: 96.73 g; Węglowodany ogółem: 301.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.35 g; Sód: 1222.75 mg; Potas: 3349.92 mg; Wapń: 860.43 mg; Fosfor: 1342.86 mg; Błonnik pokarmowy: 30.79 g; suma cukrów prostych: 70.94 g; Woda: 1144.81 g; Popiół: 57.28 g;    |  |  |

  
 Urszula Przepióra  
 dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Hirszfelda  |  |   |
|--|--|---|
| Śniadanie<br>II Śniadanie  | Obiad<br>Podwieczorek  | Kolacja<br>Posiłek nocny  |
| <b>wtorek 2024-06-25</b>   |  |   |
| <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. RADIOLOGICZNA II RTII/</b>   |  |   |
| Kasza kukurydz.na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <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> ), Polędwica drobiowa 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Salata ziel. 10g, Jablko des. 1 szt. ,   | Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Salata 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 tuńczyka i twarogu z pietruszką 100g ( <b>JAJ, MLE, GOR, MCK</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>De-serek z musem owocowym 1 szt. ,    |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2467.36 kcal; Energia: 10041.68 kJ; Białko ogółem: 108.10 g; białko zwierzęce: 58.60 g; białko roślinne: 28.95 g; Tłuszcz: 90.53 g; Węglowodany ogółem: 302.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.50 g; Sód: 1376.87 mg; Potas: 2797.79 mg; Wapń: 880.88 mg; Fosfor: 1349.56 mg; Błonnik pokarmowy: 21.16 g; suma cukrów prostych: 63.29 g; Woda: 1136.33 g; Popiół: 13.46 g;  |  |   |
| <b>wtorek 2024-06-25</b>   |  |   |
| <b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD RADIOLOGICZNA VII RTIII/</b>  |  |   |
| Kasza kukurydz.na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica drobiowa 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Salata ziel. 10g, Jablko des. 1 szt. ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Budyń waniliowy 200ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ),                               | Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Fasolka szparagowa 75g ( <b>ŁUB</b> ), Kompot owocowy b/c 250 ml , | Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata H 250ml , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z tuńczyka i twarogu z pietruszką 100g ( <b>JAJ, MLE, GOR, MCK</b> ), Salata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Sałatka z kaszy z szynką i jarzynką 7-skl. 200g ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2483.79 kcal; Energia: 10137.10 kJ; Białko ogółem: 115.54 g; białko zwierzęce: 72.55 g; białko roślinne: 33.15 g; Tłuszcz: 98.77 g; Węglowodany ogółem: 296.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.39 g; Sód: 1290.89 mg; Potas: 3529.50 mg; Wapń: 1200.36 mg; Fosfor: 1639.79 mg; Błonnik pokarmowy: 28.26 g; suma cukrów prostych: 71.00 g; Woda: 1337.91 g; Popiół: 59.10 g; |  |   |

Dietetyk



Urszula Przepióra  
dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Hirszfelda   |  |   |
|---|--|---|
| Śniadanie<br>II Śniadanie   | Obiad<br>Podwieczorek  | Kolacja<br>Posiłek nocny  |
| <b>środa 2024-06-26</b> <b>Dieta: H. DIETA PODSTAWOWA II</b>  |  |   |
| Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kakao 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka pszenna 100g, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Dżem 50g (*), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt.,   | Zupa krem z kalafiora z grzankami 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Pieczeń rzymska w sosie pieczona 80/120 ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Surówka z selera z papryką i ziel.pietrusz. 75g ( <b>MLE, SEL</b> ), Cukinia gotowana 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> ), Szyunka drobiowa 50g, Pasta z ciecierzycy, marchwii i twarogu 50g ( <b>MLE</b> ), Papryka św. 70g, Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Rogalik, Serek kanapkowy 50g, |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2536.13 kcal; Energia: 9712.60 kJ; Białko ogółem: 90.74 g; białko zwierzęce: 51.92 g; białko roślinne: 33.64 g; Tłuszcz: 83.37 g; Węglowodany ogółem: 370.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.21 g; Sód: 845.30 mg; Potas: 4299.84 mg; Wapń: 875.67 mg; Fosfor: 1528.94 mg; Błonnik pokarmowy: 36.36 g; suma cukrów prostych: 112.67 g; Woda: 1432.99 g; Popiół: 25.82 g;   |  |   |
| <b>środa 2024-06-26</b> <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA III</b>  |  |   |
| Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kakao 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka pszenna 100g, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Dżem 50g (*), Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt.,   | Zupa krem z kalafiora z grzankami 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Pieczeń rzymska w sosie pieczona 80/120 ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Cukinia gotowana 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> ), Szyunka drobiowa 50g, Pasta z ciecierzycy, marchwii i twarogu 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Serek kanapkowy 50g, Rogalik,                  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2414.17 kcal; Energia: 9451.77 kJ; Białko ogółem: 88.23 g; białko zwierzęce: 51.92 g; białko roślinne: 31.21 g; Tłuszcz: 82.43 g; Węglowodany ogółem: 342.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.04 g; Sód: 777.67 mg; Potas: 3827.62 mg; Wapń: 813.43 mg; Fosfor: 1431.95 mg; Błonnik pokarmowy: 31.23 g; suma cukrów prostych: 110.44 g; Woda: 1226.79 g; Popiół: 24.27 g;   |  |   |
| <b>środa 2024-06-26</b> <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁUSZCZU IIIA</b>  |  |   |
| Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kakao 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka pszenna 100g, Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Dżem 50g (*), Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt.,   | Zupa krem z kalafiora z grzankami 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Pieczeń rzymska w sosie pieczona 80/120 ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Cukinia gotowana 150g, Kompot owocowy 250ml,  | Herbata H 250ml, Bułka weka H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Szyunka drobiowa 50g, Pasta z ciecierzycy, marchwii i twarogu 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Rogalik, Serek kanapkowy 50g,  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2453.92 kcal; Energia: 9618.42 kJ; Białko ogółem: 89.66 g; białko zwierzęce: 51.05 g; białko roślinne: 33.51 g; Tłuszcz: 77.40 g; Węglowodany ogółem: 359.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.23 g; Sód: 853.27 mg; Potas: 3814.37 mg; Wapń: 813.33 mg; Fosfor: 1412.75 mg; Błonnik pokarmowy: 29.78 g; suma cukrów prostych: 111.71 g; Woda: 1227.49 g; Popiół: 24.29 g;   |  |   |
| <b>środa 2024-06-26</b> <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. IIIB</b>  |  |   |
| Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kakao 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka pszenna 100g, Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Dżem 50g (*), Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt.,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Kisiel owocowy 200ml (*),  | Zupa krem z kalafiora z grzankami 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Pieczeń rzymska w sosie pieczona 80/120 ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Cukinia gotowana 150g, Kompot owocowy 250ml,  | Herbata H 250ml, Bułka weka H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Szyunka drobiowa 50g, Pasta z ciecierzycy, marchwii i twarogu 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Rogalik, Serek kanapkowy 50g,  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2478.42 kcal; Energia: 9721.42 kJ; Białko ogółem: 92.16 g; białko zwierzęce: 51.05 g; białko roślinne: 33.59 g; Tłuszcz: 77.43 g; Węglowodany ogółem: 366.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.23 g; Sód: 853.52 mg; Potas: 3833.62 mg; Wapń: 816.33 mg; Fosfor: 1416.50 mg; Błonnik pokarmowy: 30.28 g; suma cukrów prostych: 116.13 g; Woda: 1245.91 g; Popiół: 24.34 g;   |  |   |
| <b>środa 2024-06-26</b> <b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. IVII</b>  |  |   |
| Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kakao 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka grahamka 100g, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Połędwica drobiowa 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt.,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Serek wiejski 200g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g,   | Zupa krem z kalafiora z grzankami 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Pieczeń rzymska w sosie pieczona 80/120 ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Surówka z selera z papryką i ziel.pietrusz. 75g ( <b>MLE, SEL</b> ), Cukinia gotowana 75g, Kompot owocowy b/c 250 ml, | Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka drobiowa 50g, Pasta z ciecierzycy, marchwii i twarogu 50g ( <b>MLE</b> ), Papryka św. 70g, Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Serek kanapkowy 50g, Rogalik,   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2445.80 kcal; Energia: 11092.49 kJ; Białko ogółem: 103.50 g; białko zwierzęce: 112.50 g; białko roślinne: 32.12 g; Tłuszcz: 90.77 g; Węglowodany ogółem: 310.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.53 g; Sód: 862.10 mg; Potas: 5378.95 mg; Wapń: 918.24 mg; Fosfor: 2133.67 mg; Błonnik pokarmowy: 36.12 g; suma cukrów prostych: 70.60 g; Woda: 1523.82 g; Popiół: 28.47 g; |  |   |




## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Hirszfelda  |  |   |
|--|--|---|
| Śniadanie<br>II Śniadanie  | Obiad<br>Podwieczorek  | Kolacja<br>Posiłek nocny  |
| <b>środa 2024-06-26</b> <b>Dieta: H. DIETA PŁYNNA/MIKSOWANA III/II</b>   |  |   |
| Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>Kisiel owocowy 200ml (*),   | Kalafiorowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Mięso mielone 70g, Ziemniaki gotowane 200g, Cukinia gotowana 150g,  | Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>JAJ, SEL</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Twarożek płynny 150g ( <b>MLE</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1536.70 kcal; Energia: 6911.89 kJ; Białko ogółem: 69.48 g; białko zwierzęce: 55.56 g; białko roślinne: 17.98 g; Tłuszcz: 62.41 g; Węglowodany ogółem: 175.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.87 g; Sód: 933.58 mg; Potas: 4654.43 mg; Wapń: 1012.97 mg; Fosfor: 2028.70 mg; Błonnik pokarmowy: 16.86 g; suma cukrów prostych: 37.92 g; Woda: 1179.25 g; Popiół: 15.14 g;    |  |   |
| <b>środa 2024-06-26</b> <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA II GIN</b>  |  |   |
| Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kakao na mleku b/lakt 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka pszenna 100g, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony b/lakt 50g, Dżem 50g (*), Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt.,  | Kompot owocowy 250ml, Zupa krem z kalafiora z grzankami 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Pieczeń rzymska w sosie pieczona 80/120 ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Cukinia gotowana 150g,  | 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 drobiowa 50g, Pasta z ciecierzycy, marchwii i twarogu b/lak 50g, Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Rogalik, Serek kanapkowy b/lakt 50g,   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2532.47 kcal; Energia: 9941.47 kJ; Białko ogółem: 97.23 g; białko zwierzęce: 47.37 g; białko roślinne: 31.21 g; Tłuszcz: 94.47 g; Węglowodany ogółem: 343.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.67 g; Sód: 749.52 mg; Potas: 3754.17 mg; Wapń: 752.33 mg; Fosfor: 1284.40 mg; Błonnik pokarmowy: 31.23 g; suma cukrów prostych: 108.36 g; Woda: 1179.92 g; Popiół: 23.75 g;    |  |   |
| <b>środa 2024-06-26</b> <b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW VII GIN</b>   |  |   |
| Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kakao na mleku b/lakt 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka grahamka 100g, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony b/lakt 50g, Polędwica drobiowa 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt.,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Serek wiejski b/lakt 200g ( <b>MLE</b> ), Jabłko gotowane 1 szt.,  | Kompot owocowy 250ml, Zupa krem z kalafiora z grzankami 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Pieczeń rzymska w sosie pieczona 80/120 ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Jarzynka z wody gotowana 75g ( <b>SEL</b> ), Cukinia gotowana 75g,                            | Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka drobiowa 50g, Pasta z ciecierzycy, marchwii i twarogu b/lak 50g, Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Rogalik, Serek kanapkowy b/lakt 50g,   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2699.87 kcal; Energia: 12095.97 kJ; Białko ogółem: 111.31 g; białko zwierzęce: 107.95 g; białko roślinne: 30.93 g; Tłuszcz: 107.92 g; Węglowodany ogółem: 328.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 55.45 g; Sód: 829.62 mg; Potas: 5037.52 mg; Wapń: 824.58 mg; Fosfor: 1918.90 mg; Błonnik pokarmowy: 37.58 g; suma cukrów prostych: 85.28 g; Woda: 1393.94 g; Popiół: 26.91 g; |  |   |
| <b>środa 2024-06-26</b> <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. RADIOLOGICZNA II RTII/II</b>   |  |   |
| Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kakao 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka pszenna 100g, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Dżem 50g (*), Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt.,  | Kalafiorowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Pieczeń rzymska w sosie pieczona 80/120 ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Cukinia gotowana 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> ), Szynka drobiowa 50g, Pasta z ciecierzycy, marchwii i twarogu 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Rogalik, Serek kanapkowy 50g, |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2412.43 kcal; Energia: 9657.98 kJ; Białko ogółem: 95.07 g; białko zwierzęce: 61.33 g; białko roślinne: 28.89 g; Tłuszcz: 84.80 g; Węglowodany ogółem: 323.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.90 g; Sód: 896.40 mg; Potas: 3659.02 mg; Wapń: 827.89 mg; Fosfor: 1598.06 mg; Błonnik pokarmowy: 28.68 g; suma cukrów prostych: 108.47 g; Woda: 1240.79 g; Popiół: 13.68 g;    |  |   |
| <b>środa 2024-06-26</b> <b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD RADIOLOGICZNA VII RTII/II</b>   |  |   |
| Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kakao 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka grahamka 100g, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Polędwica drobiowa 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt.,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Serek wiejski 200g ( <b>MLE</b> ), Jabłko gotowane 1 szt.,   | Kalafiorowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Pieczeń rzymska w sosie pieczona 80/120 ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Jarzynka z wody gotowana 75g ( <b>SEL</b> ), Cukinia gotowana 75g, Kompot owocowy b/c 250 ml, | Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata H 250ml, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka drobiowa 50g, Pasta z ciecierzycy, marchwii i twarogu 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Rogalik, Serek kanapkowy 50g,   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2519.55 kcal; Energia: 11559.79 kJ; Białko ogółem: 108.98 g; białko zwierzęce: 121.90 g; białko roślinne: 28.44 g; Tłuszcz: 98.07 g; Węglowodany ogółem: 292.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.66 g; Sód: 975.54 mg; Potas: 4884.55 mg; Wapń: 898.32 mg; Fosfor: 2228.69 mg; Błonnik pokarmowy: 34.17 g; suma cukrów prostych: 74.07 g; Woda: 1417.46 g; Popiół: 16.71 g;  |  |   |



## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Hirszfelda   |   |   |
|---|---|---|
| Śniadanie<br>II Śniadanie   | Obiad<br>Podwieczerek   | Kolacja<br>Posiłek nocny  |
| <b>czwartek 2024-06-27</b>  |   |   |
| <b>Dieta: H. DIETA PODSTAWOWA II</b>  |   |   |
| Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLU, MLE</i> ),<br>Kawa inka z mlekiem 250ml ( <i>MLE</i> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ),<br>Pieczywo graham H 50g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Jajecznicza 100g ( <i>JAJ, MLE</i> ),<br>Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g, Gruszka 1szt.  | Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Gulasz mięsno-warzywny 60/120 ( <i>GLU, SEL</i> ), Banan 1 szt., Kompot owocowy 250ml, Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 75g, Surówka z białej kapusty 75g, | Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Pieczywo graham H 50g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Szyunka gotowana 50g ( <i>SEL, GOR</i> ), Ser topiony 50g ( <i>MLE</i> ), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Koktail bananowo-truskawkowy na mleku b/lak 250 ml ( <i>MLE</i> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2833.30 kcal; Energia: 12048.54 kJ; Białko ogółem: 111.67 g; białko zwierzęce: 70.65 g; białko roślinne: 33.90 g; Tłuszcz: 106.74 g; Węglowodany ogółem: 374.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.29 g; Sód: 2250.61 mg; Potas: 4510.46 mg; Wapń: 1252.79 mg; Fosfor: 2049.32 mg; Błonnik pokarmowy: 34.61 g; suma cukrów prostych: 91.26 g; Woda: 1721.40 g; Popiół: 19.52 g; |   |   |
| <b>czwartek 2024-06-27</b>  |   |   |
| <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA III</b>  |   |   |
| Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLU, MLE</i> ),<br>Kawa inka z mlekiem 250ml ( <i>MLE</i> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ),<br>Pieczywo graham H 50g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Jajecznicza 100g ( <i>JAJ, MLE</i> ),<br>Sałata ziel. 10g, Gruszka 1szt.,   | Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Gulasz mięsno-warzywny 60/120 ( <i>GLU, SEL</i> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,  | Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Pieczywo graham H 50g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Szyunka gotowana 50g ( <i>SEL, GOR</i> ), Ser topiony 50g ( <i>MLE</i> ), Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Koktail bananowo-truskawkowy na mleku b/lak 250 ml ( <i>MLE</i> ),                 |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2595.87 kcal; Energia: 11219.98 kJ; Białko ogółem: 108.69 g; białko zwierzęce: 70.65 g; białko roślinne: 30.99 g; Tłuszcz: 101.97 g; Węglowodany ogółem: 329.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.89 g; Sód: 2246.46 mg; Potas: 3744.92 mg; Wapń: 1190.41 mg; Fosfor: 1955.90 mg; Błonnik pokarmowy: 30.83 g; suma cukrów prostych: 78.62 g; Woda: 1407.56 g; Popiół: 17.36 g; |   |   |
| <b>czwartek 2024-06-27</b>  |   |   |
| <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁUSZCZU IIIA</b>  |   |   |
| Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLU, MLE</i> ),<br>Kawa inka z mlekiem 250ml ( <i>MLE</i> ), Bułka weka H 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Jajecznicza 100g ( <i>JAJ, MLE</i> ), Sałata ziel. 10g, Gruszka gotowana 1 szt.,   | Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Gulasz mięsno-warzywny 60/120 ( <i>GLU, SEL</i> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,  | Herbata H 250ml, Bułka weka H 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Szyunka gotowana 50g ( <i>SEL, GOR</i> ), Serek grani 50g ( <i>MLE</i> ), Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Koktail bananowo-truskawkowy na mleku b/lak 250 ml ( <i>MLE</i> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2634.37 kcal; Energia: 11236.38 kJ; Białko ogółem: 104.04 g; białko zwierzęce: 63.15 g; białko roślinne: 35.59 g; Tłuszcz: 92.17 g; Węglowodany ogółem: 361.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.89 g; Sód: 1978.06 mg; Potas: 3700.42 mg; Wapń: 1008.31 mg; Fosfor: 1629.70 mg; Błonnik pokarmowy: 27.93 g; suma cukrów prostych: 80.71 g; Woda: 1383.06 g; Popiół: 15.75 g;  |   |   |
| <b>czwartek 2024-06-27</b>  |   |   |
| <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. IIIB</b>  |   |   |
| Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLU, MLE</i> ),<br>Kawa inka z mlekiem 250ml ( <i>MLE</i> ), Bułka weka H 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Jajecznicza 100g ( <i>JAJ, MLE</i> ), Sałata ziel. 10g, Gruszka gotowana 1 szt.,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Jogurt owocowy 1 szt. ( <i>MLE</i> ),  | Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Gulasz mięsno-warzywny 60/120 ( <i>GLU, SEL</i> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,  | Herbata H 250ml, Bułka weka H 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Szyunka gotowana 50g ( <i>SEL, GOR</i> ), Serek grani 50g ( <i>MLE</i> ), Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Koktail bananowo-truskawkowy na mleku b/lak 250 ml ( <i>MLE</i> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2761.87 kcal; Energia: 11674.38 kJ; Białko ogółem: 109.29 g; białko zwierzęce: 70.05 g; białko roślinne: 35.74 g; Tłuszcz: 95.17 g; Węglowodany ogółem: 376.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.27 g; Sód: 2050.06 mg; Potas: 4022.92 mg; Wapń: 1206.31 mg; Fosfor: 1775.20 mg; Błonnik pokarmowy: 28.23 g; suma cukrów prostych: 93.61 g; Woda: 1508.31 g; Popiół: 17.10 g;  |   |   |

  
 Urszula Przepióra  
 dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Hirszfelda   |  |  |
|---|--|--|
| Śniadanie<br>II Śniadanie   | Obiad<br>Podwieczorek  | Kolacja<br>Posiłek nocny   |
| <b>czwartek 2024-06-27</b> <b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/</b>  |  |  |
| Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajecznica 100g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Papryka św. 70g, Sałata ziel. 10g, Gruszka 1szt.,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Sałatka warzywna z mozzarellą 200g,   | Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Gulasz wieprzowo - warzywny 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Kompot owocowy b/c 250 ml, Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 75g, Surówka z białej kapusty 75g,                  | Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyнка gotowana 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Ser topiony 50g ( <b>MLE</b> ), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Koktail bananowo-truskawkowy na mleku b/lak 250 ml ( <b>MLE</b> ),                                       |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2798.95 kcal; Energia: 11709.45 kJ; Białko ogółem: 120.44 g; białko zwierzęce: 75.43 g; białko roślinne: 32.36 g; Tłuszcz: 125.58 g; Węglowodany ogółem: 326.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 55.52 g; Sód: 2067.91 mg; Potas: 4651.37 mg; Wapń: 1305.45 mg; Fosfor: 2145.00 mg; Błonnik pokarmowy: 37.08 g; suma cukrów prostych: 64.19 g; Woda: 1727.76 g; Popiół: 60.45 g; |  |  |
| <b>czwartek 2024-06-27</b> <b>Dieta: H. DIETA PŁYNNA/MIKSOWANA /III/</b>  |  |  |
| Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>Budyń waniliowy 200ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ),   | Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Mięso mielone 70g, Ziemniaki gotowane 200g, Jarzynka z wody gotowana 150g ( <b>SEL</b> ),  | Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>JAJ, SEL</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Biszkopty z mlekiem 150ml/40g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1821.73 kcal; Energia: 7896.77 kJ; Białko ogółem: 73.73 g; białko zwierzęce: 56.83 g; białko roślinne: 23.15 g; Tłuszcz: 70.80 g; Węglowodany ogółem: 252.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.45 g; Sód: 1023.44 mg; Potas: 4974.96 mg; Wapń: 1248.63 mg; Fosfor: 1827.08 mg; Błonnik pokarmowy: 23.68 g; suma cukrów prostych: 63.20 g; Woda: 1231.05 g; Popiół: 15.33 g;    |  |  |
| <b>czwartek 2024-06-27</b> <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA II GIN</b>  |  |  |
| Kasza manna na mleku b/lakt 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem b/lakt 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> ), Jajecznica 100g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, Gruszka 1szt.,  | Kompot owocowy 250ml, Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Gulasz mięsno-warzywny 60/120 ( <b>GLU, SEL</b> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 150g,   | 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> ), Szyнка gotowana 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Serek kanapkowy b/lakt 50g, Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Koktail bananowo-truskawkowy na mleku b/lak 250 ml ( <b>MLE</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2486.37 kcal; Energia: 10491.98 kJ; Białko ogółem: 85.84 g; białko zwierzęce: 46.40 g; białko roślinne: 30.99 g; Tłuszcz: 101.47 g; Węglowodany ogółem: 316.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.32 g; Sód: 1716.35 mg; Potas: 3376.92 mg; Wapń: 711.91 mg; Fosfor: 1454.40 mg; Błonnik pokarmowy: 30.83 g; suma cukrów prostych: 66.12 g; Woda: 1160.06 g; Popiół: 13.96 g;   |  |  |
| <b>czwartek 2024-06-27</b> <b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW VII GIN</b>   |  |  |
| Kasza manna na mleku b/lakt 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajecznica 100g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, Gruszka 1szt.,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Sałatka warzywna z mozzarellą z jajkiem 200g ( <b>JAJ</b> ), Gruszka gotowana 1 szt.,   | Kompot owocowy 250ml, Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Gulasz wieprzowo - warzywny 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 75g, Marchew oprószana gotowana 75g ( <b>GLU, MLE</b> ), | Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyнка gotowana 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Serek kanapkowy b/lakt 50g, Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Koktail bananowo-truskawkowy na mleku b/lak 250 ml ( <b>MLE</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2924.19 kcal; Energia: 11947.44 kJ; Białko ogółem: 106.40 g; białko zwierzęce: 59.19 g; białko roślinne: 30.01 g; Tłuszcz: 135.67 g; Węglowodany ogółem: 322.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 59.02 g; Sód: 1686.55 mg; Potas: 3861.18 mg; Wapń: 824.95 mg; Fosfor: 1779.16 mg; Błonnik pokarmowy: 36.38 g; suma cukrów prostych: 65.63 g; Woda: 1390.26 g; Popiół: 56.65 g;  |  |  |

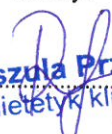
  
**Urszula Przepióra**  
 dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Hirszfelda   |  |  |
|---|--|--|
| Śniadanie<br>II Śniadanie   | Obiad<br>Podwieczorek  | Kolacja<br>Posiłek nocny   |
| <b>czwartek 2024-06-27</b>  |  |  |
| <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. RADIOLOGICZNA IIRTIII</b>   |  |  |
| Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLU, MLE</i> ),<br>Kawa inka z mlekiem 250ml ( <i>MLE</i> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ),<br>Pieczywo graham H 50g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Jajecznicza 100g ( <i>JAJ, MLE</i> ),<br>Sałata ziel. 10g , Gruszka 1szt. ,   | Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Gulasz mięsno-warzywny 60/120 ( <i>GLU, SEL</i> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g ,<br>Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 150g ,<br>Kompot owocowy 250ml ,                | Herbata H 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Pieczywo graham H 50g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Ser topiony 50g ( <i>MLE</i> ), Szyńka gotowana 50g ( <i>SEL, GOR</i> ), Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Koktail bananowo-truskawkowy na mleku b/lak 250 ml ( <i>MLE</i> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2595.87 kcal; Energia: 11219.98 kJ; Białko ogółem: 108.69 g; białko zwierzęce: 70.65 g; białko roślinne: 30.99 g; Tłuszcz: 101.97 g; Węglowodany ogółem: 329.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.89 g; Sód: 2246.46 mg; Potas: 3744.92 mg; Wapń: 1190.41 mg; Fosfor: 1955.90 mg; Błonnik pokarmowy: 30.83 g; suma cukrów prostych: 78.62 g; Woda: 1407.56 g; Popiół: 17.36 g; |  |  |
| <b>czwartek 2024-06-27</b>  |  |  |
| <b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD RADIOLOGICZNA VII RTIII</b>  |  |  |
| Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLU, MLE</i> ),<br>Kawa inka z mlekiem 250ml ( <i>MLE</i> ), Pieczywo graham H 100g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Jajecznicza 100g ( <i>JAJ, MLE</i> ), Sałata ziel. 10g , Gruszka 1szt. ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Sałatka warzywna z mozzarellą z jajkiem 200g ( <i>JAJ</i> ), Gruszka gotowana 1 szt. ,   | Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Gulasz wieprzowo - warzywny 80/120 ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,<br>Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 150g , | Pieczywo graham H 100g ( <i>GLU, MLE, *</i> ),<br>Herbata H 250ml , Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Szyńka gotowana 50g ( <i>SEL, GOR</i> ), Ser topiony 50g ( <i>MLE</i> ), Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Koktail bananowo-truskawkowy na mleku b/lak 250 ml ( <i>MLE</i> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2993.62 kcal; Energia: 12477.46 kJ; Białko ogółem: 129.63 g; białko zwierzęce: 83.43 g; białko roślinne: 30.40 g; Tłuszcz: 136.23 g; Węglowodany ogółem: 322.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 61.15 g; Sód: 2211.32 mg; Potas: 4308.71 mg; Wapń: 1314.12 mg; Fosfor: 2270.84 mg; Błonnik pokarmowy: 35.32 g; suma cukrów prostych: 71.26 g; Woda: 1621.09 g; Popiół: 60.48 g; |  |  |

Dietetyk

  
**Urszula Przepióra**  
 dietetyk kliniczny