

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-08-30</b>		
<b>Dieta: H. DIETA PODSTAWOWA II/</b>		
Makaron na mleku 300ml ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Pieczywo graham H 50g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Twarożek z koperkiem 100g ( <i>MLE</i> ), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</i> ), Knedle z truskawkami z polewą jogurtową 5szt/100g ( <i>MLE</i> ), Banan 1 szt. , 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> ), Szynka konserwowa 50g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g ( <i>JAJ, SEL, GOR</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> De-serek z musem owocowym 1 szt. ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2571.78 kcal; Energia: 8874.82 kJ; Białko ogółem: 87.35 g; białko zwierzęce: 51.26 g; białko roślinne: 22.91 g; Tłuszcz: 65.75 g; Węglowodany ogółem: 427.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.93 g; Sód: 1494.29 mg; Potas: 3779.40 mg; Wapń: 959.17 mg; Fosfor: 1291.60 mg; Błonnik pokarmowy: 22.91 g; suma cukrów prostych: 86.40 g; Woda: 1363.16 g; Popiół: 13.54 g;		
<b>piątek 2024-08-30</b>		
<b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA III/</b>		
Makaron na mleku 300ml ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Pieczywo graham H 50g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Twarożek z koperkiem 100g ( <i>MLE</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</i> ), Knedle z truskawkami z polewą jogurtową 5szt/100g ( <i>MLE</i> ), Banan 1 szt. , 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> ), Szynka konserwowa 50g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g ( <i>JAJ, SEL, GOR</i> ), Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> De-serek z musem owocowym 1 szt. ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2501.08 kcal; Energia: 8796.25 kJ; Białko ogółem: 86.51 g; białko zwierzęce: 51.26 g; białko roślinne: 22.14 g; Tłuszcz: 65.56 g; Węglowodany ogółem: 410.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.90 g; Sód: 1482.15 mg; Potas: 3641.88 mg; Wapń: 942.66 mg; Fosfor: 1266.30 mg; Błonnik pokarmowy: 22.36 g; suma cukrów prostych: 85.29 g; Woda: 1257.78 g; Popiół: 12.99 g;		
<b>piątek 2024-08-30</b>		
<b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁUSZCZU IIIA/</b>		
Makaron na mleku 300ml ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Bułka weka H 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Twarożek z koperkiem 100g ( <i>MLE</i> ), Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Kompot owocowy 250ml , Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</i> ), Knedle z truskawkami z polewą jogurtową 5szt/100g ( <i>MLE</i> ), Banan 1 szt. ,	Herbata H 250ml , Bułka weka H 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Szynka konserwowa 50g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g ( <i>JAJ, SEL, GOR</i> ), Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> De-serek z musem owocowym 1 szt. ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2642.93 kcal; Energia: 9390.30 kJ; Białko ogółem: 90.40 g; białko zwierzęce: 50.51 g; białko roślinne: 26.78 g; Tłuszcz: 63.80 g; Węglowodany ogółem: 429.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.98 g; Sód: 1626.05 mg; Potas: 3335.18 mg; Wapń: 935.01 mg; Fosfor: 1207.95 mg; Błonnik pokarmowy: 18.40 g; suma cukrów prostych: 88.08 g; Woda: 1169.92 g; Popiół: 12.53 g;		
<b>piątek 2024-08-30</b>		
<b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. IIIB/</b>		
Makaron na mleku 300ml ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Bułka weka H 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Twarożek z koperkiem 100g ( <i>MLE</i> ), Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Sok Kubaś 1 szt. 300ml ,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</i> ), Knedle z truskawkami z polewą jogurtową 5szt/100g ( <i>MLE</i> ), Banan 1 szt. , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Bułka weka H 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Szynka konserwowa 50g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g ( <i>JAJ, SEL, GOR</i> ), Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> De-serek z musem owocowym 1 szt. ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2768.93 kcal; Energia: 9535.89 kJ; Białko ogółem: 91.60 g; białko zwierzęce: 50.51 g; białko roślinne: 27.05 g; Tłuszcz: 64.40 g; Węglowodany ogółem: 457.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.04 g; Sód: 1629.05 mg; Potas: 3414.59 mg; Wapń: 943.83 mg; Fosfor: 1215.89 mg; Błonnik pokarmowy: 19.28 g; suma cukrów prostych: 95.06 g; Woda: 1248.72 g; Popiół: 12.62 g;		

  
**Urszula Przepióra**  
 dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-08-30</b> <b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. IV/II</b>		
Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twarożek z koperkiem 100g ( <b>MLE</b> ), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt., <b>II Śniadanie:</b> Sałatka warzywna z kurczakiem 200g,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Knedle z truskawkami z polewą jogurtową 5szt/100g ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250 ml, Banan 1 szt.,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka konserwowa 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 200g ( <b>MLE</b> ), Papryka św. 50g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2430.80 kcal; Energia: 10226.96 kJ; Białko ogółem: 92.10 g; białko zwierzęce: 117.31 g; białko roślinne: 21.19 g; Tłuszcz: 75.75 g; Węglowodany ogółem: 365.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.40 g; Sód: 1436.24 mg; Potas: 5377.06 mg; Wapń: 1031.94 mg; Fosfor: 2059.18 mg; Błonnik pokarmowy: 25.43 g; suma cukrów prostych: 73.83 g; Woda: 1627.76 g; Popiół: 17.51 g;		
<b>piątek 2024-08-30</b> <b>Dieta: H. DIETA PLYNNA/MIKSOWANA III/II</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Budyń waniliowy 200ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ),	Barszcz biały miksowany z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Mięso mielone 80g, Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 150g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy 250ml,	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>JAJ, SEL</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski miksowany 150g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1946.88 kcal; Energia: 9022.19 kJ; Białko ogółem: 92.33 g; białko zwierzęce: 99.54 g; białko roślinne: 20.56 g; Tłuszcz: 72.07 g; Węglowodany ogółem: 230.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.84 g; Sód: 1041.03 mg; Potas: 5435.98 mg; Wapń: 1173.94 mg; Fosfor: 2255.73 mg; Błonnik pokarmowy: 19.30 g; suma cukrów prostych: 55.65 g; Woda: 1275.81 g; Popiół: 18.63 g;		
<b>piątek 2024-08-30</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 ( <b>GLU, 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> ), Twarożek z koperkiem b/lakt 100g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt.,	Kompot owocowy 250ml, Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Knedle ze śliwką z polewą jogurtową b/lakt 5szt/100g ( <b>MLE</b> ), Banan 1 szt.,	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 konserwowa 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Bieluch waniliowy b/lakt 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2242.35 kcal; Energia: 7591.70 kJ; Białko ogółem: 74.85 g; białko zwierzęce: 29.77 g; białko roślinne: 22.24 g; Tłuszcz: 62.27 g; Węglowodany ogółem: 361.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.38 g; Sód: 1267.28 mg; Potas: 2702.70 mg; Wapń: 372.29 mg; Fosfor: 705.97 mg; Błonnik pokarmowy: 21.36 g; suma cukrów prostych: 64.46 g; Woda: 787.72 g; Popiół: 8.99 g;		
<b>piątek 2024-08-30</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 ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twarożek z koperkiem b/lakt 100g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt., <b>II Śniadanie:</b> Sałatka warzywna z kurczakiem b/pomidora 200g,	Kompot owocowy 250ml, Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Knedle ze śliwką z polewą jogurtową b/lakt 5szt/100g ( <b>MLE</b> ), Banan 1 szt.,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka konserwowa 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski b/lakt 200g ( <b>MLE</b> ), Banan 1 szt.,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2435.95 kcal; Energia: 10124.50 kJ; Białko ogółem: 86.84 g; białko zwierzęce: 98.02 g; białko roślinne: 21.28 g; Tłuszcz: 72.50 g; Węglowodany ogółem: 362.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.79 g; Sód: 1204.63 mg; Potas: 4637.00 mg; Wapń: 442.99 mg; Fosfor: 1519.02 mg; Błonnik pokarmowy: 25.08 g; suma cukrów prostych: 80.71 g; Woda: 1086.43 g; Popiół: 13.76 g;		


  
**Urszula Przepióra**  
 dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-08-30</b>		
<b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. RADIOLOGICZNA IIRTIII</b>		
Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, 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> ), Twarożek z koperkiem 100g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Knedle ze śliwką z polewą jogurtową b/lakt 5szt/100g ( <b>MLE</b> ), Banan 1 szt. , 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 konserwowa 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> De-serek z musem owocowym 1 szt. ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2452.32 kcal; Energia: 8628.71 kJ; Białko ogółem: 89.71 g; białko zwierzęce: 55.22 g; białko roślinne: 21.04 g; Tłuszcz: 68.91 g; Węglowodany ogółem: 386.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.94 g; Sód: 1415.85 mg; Potas: 3158.71 mg; Wapń: 782.84 mg; Fosfor: 1128.81 mg; Błonnik pokarmowy: 20.98 g; suma cukrów prostych: 80.61 g; Woda: 1087.54 g; Popiół: 11.50 g;		
<b>piątek 2024-08-30</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>GLU, MLE</b> ), Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twarożek z koperkiem 100g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g , Jabłko gotowane 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Sałatka warzywna z kurczakiem b/pomidora 200g ,	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Knedle ze śliwką z polewą jogurtową b/lakt 5szt/100g ( <b>MLE</b> ), Banan 1 szt. , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata H 250ml , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka konserwowa 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 200g ( <b>MLE</b> ), Banan 1 szt. ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2499.84 kcal; Energia: 10549.72 kJ; Białko ogółem: 97.32 g; białko zwierzęce: 123.47 g; białko roślinne: 19.91 g; Tłuszcz: 79.35 g; Węglowodany ogółem: 353.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.53 g; Sód: 1362.24 mg; Potas: 5035.19 mg; Wapń: 851.72 mg; Fosfor: 1937.99 mg; Błonnik pokarmowy: 23.84 g; suma cukrów prostych: 85.55 g; Woda: 1348.90 g; Popiół: 16.14 g;		

  
**Urszula Przepióra**  
 dietetyk kliniczny







## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-08-31</b> <b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. VIII</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Kakao 250ml ( <i>MLE</i> ), Bułka grahamka 100g ( <i>GLU, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Twaróg krojony 50g ( <i>MLE</i> ), Schab krotoszyński 30g ( <i>MLE, *</i> ), Pomidor 80g, Banan 1 szt., <b>II Śniadanie:</b> Sałatka z brokułem, serem i kaszą jęczmienną 200g ( <i>GLU, MLE</i> ),	Brokułowa z ziemniakami 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Gulasz wieprzowo - warzywny 80/120 ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Ryż na sypko gotowany 200g, Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 75g, Surówka wielowarzywna b/o 75g ( <i>*</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> ), Papryka św. 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Koktajl brzoskwinowy na ml.b/lakt 250ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2886.85 kcal; Energia: 11944.29 kJ; Białko ogółem: 102.84 g; białko zwierzęce: 83.53 g; białko roślinne: 33.94 g; Tłuszcz: 119.14 g; Węglowodany ogółem: 325.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 51.52 g; Sód: 1970.07 mg; Potas: 5102.85 mg; Wapń: 1472.27 mg; Fosfor: 1858.71 mg; Błonnik pokarmowy: 31.26 g; suma cukrów prostych: 83.65 g; Woda: 1569.79 g; Popiół: 59.60 g;		
<b>sobota 2024-08-31</b> <b>Dieta: H. DIETA PŁYNNAMIKSOWANA IIIII</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500 ml ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy 200ml ( <i>*</i> ),	Brokułowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</i> ), Mięso mielone 80g, Ziemniaki gotowane 200g, Buraczki z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <i>JAJ, SEL</i> ), <b>Posiłek nocny:</b> Koktajl brzoskwinowy na ml.b/lakt 250ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1786.84 kcal; Energia: 6970.04 kJ; Białko ogółem: 72.20 g; białko zwierzęce: 39.88 g; białko roślinne: 21.06 g; Tłuszcz: 64.51 g; Węglowodany ogółem: 226.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.19 g; Sód: 1004.85 mg; Potas: 5153.10 mg; Wapń: 1025.36 mg; Fosfor: 1748.71 mg; Błonnik pokarmowy: 22.22 g; suma cukrów prostych: 63.21 g; Woda: 1222.38 g; Popiół: 16.21 g;		
<b>sobota 2024-08-31</b> <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA II GIN</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Kakao na mleku b/lakt 250ml ( <i>MLE</i> ), Bułka pszenna 100g ( <i>GLU, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Twaróg krojony b/lakt 50g, Schab krotoszyński 30g ( <i>MLE, *</i> ), Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt.,	Kompot owocowy 250ml, Brokułowa z ziemniakami 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Gulasz wieprzowo - warzywny 80/120 ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Ryż na sypko gotowany 200g, Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 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> ), Parówka z indyka gotowana 2szt ( <i>*</i> ), Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Koktajl brzoskwinowy na ml.b/lakt 250ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2652.18 kcal; Energia: 10667.26 kJ; Białko ogółem: 97.87 g; białko zwierzęce: 66.10 g; białko roślinne: 27.44 g; Tłuszcz: 100.00 g; Węglowodany ogółem: 309.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.03 g; Sód: 1594.26 mg; Potas: 4213.72 mg; Wapń: 934.67 mg; Fosfor: 1300.45 mg; Błonnik pokarmowy: 24.04 g; suma cukrów prostych: 98.07 g; Woda: 1271.53 g; Popiół: 55.32 g;		
<b>sobota 2024-08-31</b> <b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW VII GIN</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Kakao na mleku b/lakt 250ml ( <i>MLE</i> ), Bułka grahamka 100g ( <i>GLU, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Twaróg krojony b/lakt 50g, Schab krotoszyński 30g ( <i>MLE, *</i> ), Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt., <b>II Śniadanie:</b> Sałatka z brokułem, serem i kaszą jęczmienną 200g ( <i>GLU, MLE</i> ),	Kompot owocowy 250ml, Brokułowa z ziemniakami 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Gulasz wieprzowo - warzywny 80/120 ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Ryż na sypko gotowany 200g, Szpinak 75g ( <i>GLU, MLE</i> ), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 75g,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Parówka z indyka gotowana 2szt ( <i>*</i> ), Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Koktajl brzoskwinowy na ml.b/lakt 250ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2901.35 kcal; Energia: 11907.64 kJ; Białko ogółem: 106.53 g; białko zwierzęce: 80.06 g; białko roślinne: 33.10 g; Tłuszcz: 117.67 g; Węglowodany ogółem: 317.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 52.88 g; Sód: 1917.17 mg; Potas: 4529.80 mg; Wapń: 1413.09 mg; Fosfor: 1685.72 mg; Błonnik pokarmowy: 28.31 g; suma cukrów prostych: 92.74 g; Woda: 1389.69 g; Popiół: 58.67 g;		

  
 Urszula Przepióra  
 dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-08-31</b>		
<b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. RADIOLOGICZNA IIRTI/</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kakao 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Schab krotoszyński 30g ( <b>MLE, *</b> ), Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Brokułowa z ziemniakami 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Gulasz wieprzowo - warzywny 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryż na sypko gotowany 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> ), Parówka z indyka gotowana 2szt ( <b>*</b> ), Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 1 szt. ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2708.48 kcal; Energia: 10803.06 kJ; Białko ogółem: 97.92 g; białko zwierzęce: 76.50 g; białko roślinne: 26.89 g; Tłuszcz: 103.21 g; Węglowodany ogółem: 312.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.34 g; Sód: 1635.71 mg; Potas: 4292.72 mg; Wapń: 1037.37 mg; Fosfor: 1445.05 mg; Błonnik pokarmowy: 23.01 g; suma cukrów prostych: 104.45 g; Woda: 1303.22 g; Popiół: 55.85 g;		
<b>sobota 2024-08-31</b>		
<b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD RADIOLOGICZNA VII RTII/</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kakao 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka grahamka 100g ( <b>GLU, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Schab krotoszyński 30g ( <b>MLE, *</b> ), Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Sałatka z brokułem, serem i kaszą jęczmienną 200g ( <b>GLU, MLE</b> ),	Brokułowa z ziemniakami 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Gulasz wieprzowo - warzywny 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryż na sypko gotowany 200g, Szpinak 75g ( <b>GLU, MLE</b> ), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 75g, Kompot owocowy b/c 250 ml	Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata H 250ml, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt ( <b>*</b> ), Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Koktajl brzoskwiowy na ml.b/lakt 250ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2850.07 kcal; Energia: 11690.95 kJ; Białko ogółem: 101.86 g; białko zwierzęce: 83.56 g; białko roślinne: 32.93 g; Tłuszcz: 117.85 g; Węglowodany ogółem: 302.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 52.76 g; Sód: 1938.16 mg; Potas: 4528.48 mg; Wapń: 1458.27 mg; Fosfor: 1795.35 mg; Błonnik pokarmowy: 27.45 g; suma cukrów prostych: 83.02 g; Woda: 1388.40 g; Popiół: 58.95 g;		

  
**Urszula Przepióra**  
 dietetyk kliniczny







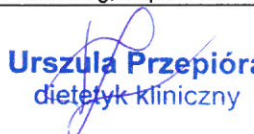
## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-09-01</b> <b>Dieta: H. DIETA PŁYNNAMIKSOWANA II/III</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Budyń waniliowy 200ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ),	Pomidorowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Mięso mielone 80g, Ziemniaki gotowane 200g, Marchew oprószana gotowana 150g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy 250ml,	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>JAJ, SEL</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty z mlekiem 150ml/40g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1986.02 kcal; Energia: 8148.79 kJ; Białko ogółem: 91.57 g; białko zwierzęce: 64.64 g; białko roślinne: 19.55 g; Tłuszcz: 74.85 g; Węglowodany ogółem: 246.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.05 g; Sód: 1149.29 mg; Potas: 4566.26 mg; Wapń: 1263.25 mg; Fosfor: 1930.03 mg; Błonnik pokarmowy: 19.64 g; suma cukrów prostych: 71.72 g; Woda: 1224.69 g; Popiół: 15.43 g;		
<b>niedziela 2024-09-01</b> <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA II GIN</b>		
Pł. owsiane na mleku b/lakt 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml ( <b>GLU, 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> ), Sałata ziel. 10g, Nektarynka gotowana 1 szt,	Kompot owocowy 250ml, Zupa krem z pomidora z grzankami 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Bitka schab. w sosie pieczeniowym duszona 80/100 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 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> ), Szyunka z indyka 50g, Ser żółty 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Galaretki owocowa 150g (*),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2046.85 kcal; Energia: 9636.04 kJ; Białko ogółem: 85.70 g; białko zwierzęce: 69.57 g; białko roślinne: 28.19 g; Tłuszcz: 69.76 g; Węglowodany ogółem: 271.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.84 g; Sód: 2218.48 mg; Potas: 4010.30 mg; Wapń: 961.10 mg; Fosfor: 1788.98 mg; Błonnik pokarmowy: 26.77 g; suma cukrów prostych: 63.09 g; Woda: 1185.08 g; Popiół: 26.64 g;		
<b>niedziela 2024-09-01</b> <b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW VII GIN</b>		
Pł. owsiane na mleku b/lakt 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajecznicza 100g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, Nektarynka gotowana 1 szt, <b>II Śniadanie:</b> Bieluch naturalny b/lakt 1szt ( <b>MLE</b> ), Banan 1 szt.	Kompot owocowy 250ml, Zupa krem z pomidora z grzankami 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Bitka schab. w sosie pieczeniowym duszona 80/100 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Jarzynka z wody gotowana 75g ( <b>SEL</b> ), 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> ), Szyunka z indyka 50g, Ser żółty 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Galaretki drobiowa 150g ( <b>SKR, JAJ, SEL</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2396.55 kcal; Energia: 10459.71 kJ; Białko ogółem: 113.02 g; białko zwierzęce: 74.51 g; białko roślinne: 28.41 g; Tłuszcz: 88.58 g; Węglowodany ogółem: 275.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.60 g; Sód: 2084.39 mg; Potas: 4917.96 mg; Wapń: 1012.37 mg; Fosfor: 1913.56 mg; Błonnik pokarmowy: 33.09 g; suma cukrów prostych: 72.36 g; Woda: 1321.75 g; Popiół: 28.19 g;		
<b>niedziela 2024-09-01</b> <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. RADIOLOGICZNA II RTII/</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, 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> ), Sałata ziel. 10g, Nektarynka gotowana 1 szt,	Zupa krem z jarzyn z grzankami 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Bitka schab. w sosie pieczeniowym duszona 80/100 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 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> ), Szyunka z indyka 50g, Ser żółty 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Galaretki owocowa 150g (*),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2171.85 kcal; Energia: 10276.04 kJ; Białko ogółem: 103.20 g; białko zwierzęce: 87.07 g; białko roślinne: 28.19 g; Tłuszcz: 74.76 g; Węglowodany ogółem: 283.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.84 g; Sód: 2328.48 mg; Potas: 4357.80 mg; Wapń: 1256.10 mg; Fosfor: 2001.48 mg; Błonnik pokarmowy: 26.77 g; suma cukrów prostych: 75.09 g; Woda: 1405.08 g; Popiół: 28.39 g;		
<b>niedziela 2024-09-01</b> <b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD RADIOLOGICZNA VII RTII/</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajecznicza 100g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, Nektarynka gotowana 1 szt, <b>II Śniadanie:</b> Serek wiejski 200g ( <b>MLE</b> ), Banan 1 szt.,	Zupa krem z jarzyn z grzankami 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Bitka schab. w sosie pieczeniowym duszona 80/100 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Jarzynka z wody gotowana 75g ( <b>SEL</b> ), Marchew oprószana gotowana 75g ( <b>GLU, 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> ), Szyunka z indyka 50g, Ser żółty 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Galaretki drobiowa 150g ( <b>SKR, JAJ, SEL</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2496.27 kcal; Energia: 12752.02 kJ; Białko ogółem: 133.74 g; białko zwierzęce: 152.61 g; białko roślinne: 28.43 g; Tłuszcz: 90.90 g; Węglowodany ogółem: 272.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 56.83 g; Sód: 2315.33 mg; Potas: 6221.64 mg; Wapń: 1353.55 mg; Fosfor: 2724.19 mg; Błonnik pokarmowy: 32.63 g; suma cukrów prostych: 73.45 g; Woda: 1601.81 g; Popiół: 32.81 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-09-02</b> <b>Dieta: H. DIETA PODSTAWOWA II/</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, 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> ), Szynekowa dębowa drob. 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Serek kanapkowy 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Klops w sosie potrawkowym 80/100 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Sałata z jogurtem ( <b>MLE</b> ), Surówka z marchwi i jabłka z ciecierzycą 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 jajeczna z szynka i ziel. pietruszką 200g ( <b>JAJ, GOR</b> ), Ogórek św. 70g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Koktajl truskawkowy 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2663.39 kcal; Energia: 10902.66 kJ; Białko ogółem: 107.21 g; białko zwierzęce: 64.70 g; białko roślinne: 35.52 g; Tłuszcz: 83.33 g; Węglowodany ogółem: 373.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.96 g; Sód: 1935.45 mg; Potas: 4404.14 mg; Wapń: 1079.77 mg; Fosfor: 1815.20 mg; Błonnik pokarmowy: 30.18 g; suma cukrów prostych: 84.16 g; Woda: 1563.39 g; Popiół: 17.35 g;		
<b>poniedziałek 2024-09-02</b> <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA III/</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, 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> ), Szynekowa dębowa drob. 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Serek kanapkowy 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g , Pomidor 70g , Banan 1 szt. ,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Klops w sosie potrawkowym 80/100 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Sałata z jogurtem ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jajeczna z szynka i ziel. pietruszką 200g ( <b>JAJ, GOR</b> ), Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Koktajl truskawkowy 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2546.29 kcal; Energia: 10688.04 kJ; Białko ogółem: 105.63 g; białko zwierzęce: 64.70 g; białko roślinne: 34.02 g; Tłuszcz: 82.94 g; Węglowodany ogółem: 348.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.80 g; Sód: 1876.96 mg; Potas: 4036.52 mg; Wapń: 1022.06 mg; Fosfor: 1755.10 mg; Błonnik pokarmowy: 26.89 g; suma cukrów prostych: 80.57 g; Woda: 1373.69 g; Popiół: 16.38 g;		
<b>poniedziałek 2024-09-02</b> <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁUSZCZU IIIA/</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Bułka weka H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Szynekowa dębowa drob. 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Serek kanapkowy 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g , Banan 1 szt. ,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Klops w sosie potrawkowym 80/100 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Sałata z jogurtem ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Bułka weka H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Sałatka z białka jaja z szynką i ziel. pietruszką 200g ( <b>JAJ, GOR</b> ), Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Koktajl truskawkowy 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2527.44 kcal; Energia: 10101.39 kJ; Białko ogółem: 104.32 g; białko zwierzęce: 47.90 g; białko roślinne: 38.61 g; Tłuszcz: 74.14 g; Węglowodany ogółem: 366.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.60 g; Sód: 1718.86 mg; Potas: 3449.67 mg; Wapń: 919.31 mg; Fosfor: 1285.65 mg; Błonnik pokarmowy: 22.72 g; suma cukrów prostych: 82.96 g; Woda: 1123.96 g; Popiół: 13.83 g;		
<b>poniedziałek 2024-09-02</b> <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. IIIB/</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Bułka weka H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Szynekowa dębowa drob. 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Serek kanapkowy 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g , Banan 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Sok Kubuś 1 szt. 300ml ,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Klops w sosie potrawkowym 80/100 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Sałata z jogurtem ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Bułka weka H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Sałatka z białka jaja z szynką i ziel. pietruszką 200g ( <b>JAJ, GOR</b> ), Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Koktajl truskawkowy 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2653.44 kcal; Energia: 10246.97 kJ; Białko ogółem: 105.52 g; białko zwierzęce: 47.90 g; białko roślinne: 38.87 g; Tłuszcz: 74.74 g; Węglowodany ogółem: 393.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.66 g; Sód: 1721.86 mg; Potas: 3529.08 mg; Wapń: 928.13 mg; Fosfor: 1293.59 mg; Błonnik pokarmowy: 23.61 g; suma cukrów prostych: 89.93 g; Woda: 1202.75 g; Popiół: 13.92 g;		

  
**Urszula Przepióra**  
 dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-09-02</b> <b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. N/II</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynkowa dębowa drob. 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Serek kanapkowy 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt., <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny z granolą owocową 200g ( <b>GLU, MLE</b> ),	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Klops w sosie potrawkowym 80/100 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Surówka z marchwi i jabłka z ciecierzycą 75g ( <b>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> ), Sałatka jajeczna z szynka i ziel. pietruszką 200g ( <b>JAJ, GOR</b> ), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Koktajl truskawkowy 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2720.21 kcal; Energia: 10424.00 kJ; Białko ogółem: 108.66 g; białko zwierzęce: 64.65 g; białko roślinne: 32.55 g; Tłuszcz: 82.44 g; Węglowodany ogółem: 356.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.59 g; Sód: 1811.95 mg; Potas: 4617.80 mg; Wapń: 1327.94 mg; Fosfor: 2151.83 mg; Błonnik pokarmowy: 29.22 g; suma cukrów prostych: 79.40 g; Woda: 1640.39 g; Popiół: 18.07 g;		
<b>poniedziałek 2024-09-02</b> <b>Dieta: H. DIETA PŁYNNA/MIKSOWANA II/II</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Jogurt natur. b/laktozy 1 szt. ( <b>MLE</b> ),	Jarzynowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, *</b> ), Mięso mielone 80g, Ziemniaki gotowane 200g, Buraczki z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>JAJ, SEL</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Koktajl brzoskwiowy na ml.b/lakt 250ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1796.19 kcal; Energia: 7207.86 kJ; Białko ogółem: 73.66 g; białko zwierzęce: 43.34 g; białko roślinne: 21.06 g; Tłuszcz: 66.71 g; Węglowodany ogółem: 217.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.81 g; Sód: 985.73 mg; Potas: 5119.60 mg; Wapń: 995.55 mg; Fosfor: 1734.79 mg; Błonnik pokarmowy: 21.87 g; suma cukrów prostych: 57.57 g; Woda: 1179.88 g; Popiół: 15.95 g;		
<b>poniedziałek 2024-09-02</b> <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA II GIN</b>		
Zacierka na mleku b/lakt 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml ( <b>GLU, 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> ), Szynkowa dębowa drob. 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Serek kanapkowy b/lakt 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt.	Kompot owocowy 250ml, Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Klops w sosie potrawkowym 80/100 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</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> ), Sałatka jajeczna z szynka i ziel. pietruszką 200g ( <b>JAJ, GOR</b> ), Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Koktajl brzoskwiowy na mleku b/lakt 150g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2501.54 kcal; Energia: 10338.44 kJ; Białko ogółem: 85.83 g; białko zwierzęce: 41.60 g; białko roślinne: 34.17 g; Tłuszcz: 88.74 g; Węglowodany ogółem: 319.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.28 g; Sód: 1721.60 mg; Potas: 3305.22 mg; Wapń: 606.21 mg; Fosfor: 1445.95 mg; Błonnik pokarmowy: 25.68 g; suma cukrów prostych: 66.25 g; Woda: 977.13 g; Popiół: 13.39 g;		
<b>poniedziałek 2024-09-02</b> <b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW VII GIN</b>		
Zacierka na mleku b/lakt 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynkowa dębowa drob. 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Serek kanapkowy b/lakt 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt., <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny b/lak z granolą owocową 200g ( <b>GLU, MLE</b> ),	Kompot owocowy 250ml, Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Klops w sosie potrawkowym 80/100 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Buraczki z olejem gotowane 75g, Sałata z jogurtem b/lakt ( <b>MLE</b> ),	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jajeczna z szynka i ziel. pietruszką 200g ( <b>JAJ, GOR</b> ), Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Koktajl brzoskwiowy na mleku b/lakt 150g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2755.04 kcal; Energia: 10366.94 kJ; Białko ogółem: 94.13 g; białko zwierzęce: 45.85 g; białko roślinne: 33.17 g; Tłuszcz: 96.29 g; Węglowodany ogółem: 336.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.62 g; Sód: 1556.76 mg; Potas: 3624.72 mg; Wapń: 642.21 mg; Fosfor: 1620.45 mg; Błonnik pokarmowy: 27.78 g; suma cukrów prostych: 71.90 g; Woda: 1049.33 g; Popiół: 13.74 g;		

  
**Urszula Przepióra**  
 dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-09-02</b>		
<b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. RADIOLOGICZNA IIRTI//</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, 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> ), Szynkowa dębowa drob. 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Serek kanapkowy 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Klops w sosie potrawkowym 80/100 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Sałata z jogurtem ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jajeczna z szynka i ziel. pietruszką 200g ( <b>JAJ, GOR</b> ), Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Koktajl brzoskwiowy na mleku b/lakt 150g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2499.54 kcal; Energia: 10454.59 kJ; Białko ogółem: 100.18 g; białko zwierzęce: 59.10 g; białko roślinne: 34.17 g; Tłuszcz: 81.24 g; Węglowodany ogółem: 330.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.84 g; Sód: 1834.36 mg; Potas: 3662.72 mg; Wapń: 909.71 mg; Fosfor: 1664.55 mg; Błonnik pokarmowy: 25.68 g; suma cukrów prostych: 78.53 g; Woda: 1201.45 g; Popiół: 15.19 g;		
<b>poniedziałek 2024-09-02</b>		
<b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD RADIOLOGICZNA VII RTII//</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynkowa dębowa drob. 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Serek kanapkowy 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny z granolą owocową 200g ( <b>GLU, MLE</b> ),	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Klops w sosie potrawkowym 80/100 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Buraczki z olejem gotowane 75g, Sałata z jogurtem ( <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> ), Sałatka jajeczna z szynka i ziel. pietruszką 200g ( <b>JAJ, GOR</b> ), Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Koktajl brzoskwiowy na mleku b/lakt 150g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2717.76 kcal; Energia: 10335.90 kJ; Białko ogółem: 103.51 g; białko zwierzęce: 59.05 g; białko roślinne: 33.00 g; Tłuszcz: 85.52 g; Węglowodany ogółem: 336.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.85 g; Sód: 1762.90 mg; Potas: 4224.40 mg; Wapń: 1198.89 mg; Fosfor: 2018.18 mg; Błonnik pokarmowy: 26.92 g; suma cukrów prostych: 81.27 g; Woda: 1366.06 g; Popiół: 16.91 g;		

  
**Urszula Przepióra**  
 dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-09-03</b> <b>Dieta: H. DIETA PODSTAWOWA II</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, 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> ), Szynka z indyka 30g , Pomidor 80g , Jabłko des. 1 szt. ,	Ryżowa z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Surówka z jarzyn mieszanych b/o 75g ( <b>SEL, *</b> ), Surówka coleslaw mieszany 75g ( <b>MLE, SO2</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka drobiowa got. 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Ser topiony 50g ( <b>MLE</b> ), Papryka św. 70g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Dżem 2 szt. 50g , Rogalik pszenny 1 szt. ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2500.04 kcal; Energia: 9627.58 kJ; Białko ogółem: 98.64 g; białko zwierzęce: 51.87 g; białko roślinne: 32.09 g; Tłuszcz: 88.51 g; Węglowodany ogółem: 351.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.21 g; Sód: 2218.17 mg; Potas: 2993.12 mg; Wapń: 1029.95 mg; Fosfor: 1337.08 mg; Błonnik pokarmowy: 30.44 g; suma cukrów prostych: 98.30 g; Woda: 1246.21 g; Popiół: 14.69 g;		
<b>wtorek 2024-09-03</b> <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA III</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, 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> ), Szynka z indyka 30g , Pomidor 80g , Jabłko des. 1 szt. ,	Ryżowa z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), 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> ), Szynka drobiowa got. 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Ser topiony 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Dżem 2 szt. 50g , Rogalik pszenny 1 szt. ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2364.51 kcal; Energia: 9273.89 kJ; Białko ogółem: 95.01 g; białko zwierzęce: 51.89 g; białko roślinne: 28.52 g; Tłuszcz: 86.42 g; Węglowodany ogółem: 320.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.85 g; Sód: 2180.80 mg; Potas: 2372.50 mg; Wapń: 944.12 mg; Fosfor: 1232.21 mg; Błonnik pokarmowy: 25.16 g; suma cukrów prostych: 95.62 g; Woda: 1058.57 g; Popiół: 12.80 g;		
<b>wtorek 2024-09-03</b> <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁUSZCZU IIIA</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Bułka weka H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Pasta z kurczaka i warzyw 100g ( <b>SEL</b> ), Sałata ziel. 10g , Jabłko gotowane 1 szt. ,	Ryżowa z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), 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> ), Szynka drobiowa got. 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ), Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Dżem 2 szt. 50g , Rogalik pszenny 1 szt. ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2525.27 kcal; Energia: 8834.38 kJ; Białko ogółem: 95.35 g; białko zwierzęce: 35.90 g; białko roślinne: 33.35 g; Tłuszcz: 79.12 g; Węglowodany ogółem: 351.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.45 g; Sód: 1341.22 mg; Potas: 2278.51 mg; Wapń: 760.41 mg; Fosfor: 878.73 mg; Błonnik pokarmowy: 26.68 g; suma cukrów prostych: 99.52 g; Woda: 998.62 g; Popiół: 10.35 g;		
<b>wtorek 2024-09-03</b> <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. IIIB</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Bułka weka H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Pasta z kurczaka i warzyw 100g ( <b>SEL</b> ), Sałata ziel. 10g , Jabłko gotowane 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Budyń waniliowy 200ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ),	Ryżowa z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), 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> ), Szynka drobiowa got. 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ), Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Dżem 2 szt. 50g , Rogalik pszenny 1 szt. ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2688.00 kcal; Energia: 9608.86 kJ; Białko ogółem: 109.40 g; białko zwierzęce: 49.90 g; białko roślinne: 33.40 g; Tłuszcz: 83.14 g; Węglowodany ogółem: 376.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.86 g; Sód: 1429.73 mg; Potas: 2558.04 mg; Wapń: 1000.32 mg; Fosfor: 1054.51 mg; Błonnik pokarmowy: 26.71 g; suma cukrów prostych: 116.38 g; Woda: 1176.14 g; Popiół: 11.78 g;		

Urszula Przepióra  
dietetyk/kliniczny





## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-09-03</b> <b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. IV/II</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, 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 z indyka 30g, Pomidor 80g, Jabłko des. 1 szt., <b>II Śniadanie:</b> Kefir 1szt ( <b>MLE</b> ), Banan 1 szt.,	Ryżowa z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Surówka z jarzyn mieszanych b/o 75g ( <b>SEL, *</b> ), Kompot owocowy b/c 250 ml, Surówka coleslaw mieszany 75g ( <b>MLE, S02</b> ),	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyńka drobiowa got. 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Ser topiony 50g ( <b>MLE</b> ), Papryka św. 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Paszтет sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ, GOR, *</b> ), Rogalik pszenny 1 szt. ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2396.41 kcal; Energia: 8946.32 kJ; Białko ogółem: 104.57 g; białko zwierzęce: 55.02 g; białko roślinne: 30.44 g; Tłuszcz: 93.29 g; Węglowodany ogółem: 290.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.30 g; Sód: 2039.07 mg; Potas: 3582.88 mg; Wapń: 1317.32 mg; Fosfor: 1430.01 mg; Błonnik pokarmowy: 31.49 g; suma cukrów prostych: 70.13 g; Woda: 1372.28 g; Popiół: 15.47 g;		
<b>wtorek 2024-09-03</b> <b>Dieta: H. DIETA PLYNNA/MIKSOWANA I/III</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Budyń waniliowy 200ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ),	Ryżowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ), Mięso mielone 80g, Ziemniaki gotowane 200g, Marchew oprószana gotowana 150g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy 250ml,	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>JAJ, SEL</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Biskopki z herbatą 150ml/40g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2902.03 kcal; Energia: 11001.85 kJ; Białko ogółem: 106.82 g; białko zwierzęce: 90.19 g; białko roślinne: 24.88 g; Tłuszcz: 106.45 g; Węglowodany ogółem: 317.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.82 g; Sód: 1440.16 mg; Potas: 5256.50 mg; Wapń: 1185.79 mg; Fosfor: 2466.97 mg; Błonnik pokarmowy: 26.93 g; suma cukrów prostych: 68.45 g; Woda: 1403.68 g; Popiół: 17.67 g;		
<b>wtorek 2024-09-03</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 ( <b>GLU, 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 z indyka 30g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt.,	Kompot owocowy 250ml, Ryżowa z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), 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> ), Szyńka drobiowa got. 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Ser topiony plastry b/lakt 3 szt., Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Dżem 2 szt. 50g, Rogalik pszenny 1 szt. ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2218.01 kcal; Energia: 8393.96 kJ; Białko ogółem: 76.55 g; białko zwierzęce: 27.64 g; białko roślinne: 28.56 g; Tłuszcz: 80.96 g; Węglowodany ogółem: 296.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.67 g; Sód: 1645.25 mg; Potas: 1805.70 mg; Wapń: 629.97 mg; Fosfor: 716.91 mg; Błonnik pokarmowy: 24.54 g; suma cukrów prostych: 83.36 g; Woda: 753.36 g; Popiół: 9.13 g;		
<b>wtorek 2024-09-03</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 ( <b>GLU, 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 z indyka 30g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt., <b>II Śniadanie:</b> Bieluch naturalny b/lakt 1szt ( <b>MLE</b> ), Banan 1 szt.	Kompot owocowy 250ml, Ryżowa z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kalafor z wody gotowany 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> ), Szyńka drobiowa got. 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Ser topiony plastry b/lakt 3 szt., Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Paszтет sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ, GOR, *</b> ), Rogalik pszenny 1 szt. ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2289.32 kcal; Energia: 8234.42 kJ; Białko ogółem: 89.00 g; białko zwierzęce: 27.58 g; białko roślinne: 27.96 g; Tłuszcz: 92.23 g; Węglowodany ogółem: 260.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.60 g; Sód: 1396.45 mg; Potas: 2295.83 mg; Wapń: 612.72 mg; Fosfor: 736.65 mg; Błonnik pokarmowy: 25.76 g; suma cukrów prostych: 62.19 g; Woda: 832.76 g; Popiół: 9.77 g;		

Urszula Przepióra  
dietyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-09-03</b>		
<b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. RADIOLOGICZNA IIRTIII</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, 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 z indyka 30g , Sałata ziel. 10g , Jabłko gotowane 1 szt. ,	Ryżowa z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), 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> ), Szyńka drobiowa got. 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Ser topiony 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Dżem 2 szt. 50g , Rogalik pszenny 1 szt. ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2358.51 kcal; Energia: 9247.09 kJ; Białko ogółem: 95.05 g; białko zwierzęce: 51.89 g; białko roślinne: 28.56 g; Tłuszcz: 86.46 g; Węglowodany ogółem: 310.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.86 g; Sód: 2175.00 mg; Potas: 2173.70 mg; Wapń: 939.72 mg; Fosfor: 1218.41 mg; Błonnik pokarmowy: 24.54 g; suma cukrów prostych: 95.86 g; Woda: 1000.86 g; Popiół: 12.53 g;		
<b>wtorek 2024-09-03</b>		
<b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD RADIOLOGICZNA VII RTIII</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, 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 z indyka 30g , Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Serek wiejski 200g ( <b>MLE</b> ), Banan 1 szt. ,	Ryżowa z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Marchew oprószana gotowana 75g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kalafior z wody gotowany 75g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata H 250ml , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyńka drobiowa got. 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Ser topiony 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Paszтет sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ, GOR, *</b> ), Rogalik pszenny 1 szt. ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2399.94 kcal; Energia: 10720.56 kJ; Białko ogółem: 110.69 g; białko zwierzęce: 112.43 g; białko roślinne: 27.95 g; Tłuszcz: 95.02 g; Węglowodany ogółem: 259.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.01 g; Sód: 2046.94 mg; Potas: 3606.61 mg; Wapń: 968.25 mg; Fosfor: 1835.38 mg; Błonnik pokarmowy: 25.10 g; suma cukrów prostych: 63.47 g; Woda: 1131.64 g; Popiół: 16.01 g;		

Urzuła Przepióra  
dietetyk/kliniczny







## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-09-04</b> <b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. MII</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Kakao 250ml ( <i>MLE</i> ), Bułka grahamka 100g ( <i>GLU, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Jajecznica 100g ( <i>JAJ, MLE</i> ), Papryka św. 70g, Salata ziel. 10g, Banan 1 szt., <b>II Śniadanie:</b> Sałatka ryżowa z jarzynką 7-skl 200g ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ),	Zupa krem z buraka z grzankami 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Filet drob. w sosie pietruszkowym 80/100 ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z selera i jabłka z jogurtem i pietruszką 75g ( <i>MLE, SEL</i> ), Brokuły gotowane 75g, Kompot owocowy b/c 250 ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Pasta rybno twarogowa z pietruszką 100g ( <i>SKR, RYB, MLE, *</i> ), Pomidor 70g, Salata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Galaretk drobiowa 150g ( <i>SKR, JAJ, SEL</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2455.07 kcal; Energia: 9820.50 kJ; Białko ogółem: 123.07 g; białko zwierzęce: 81.24 g; białko roślinne: 29.06 g; Tłuszcz: 83.03 g; Węglowodany ogółem: 307.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.05 g; Sód: 1267.12 mg; Potas: 6068.96 mg; Wapń: 1173.93 mg; Fosfor: 2152.20 mg; Błonnik pokarmowy: 32.20 g; suma cukrów prostych: 78.35 g; Woda: 1737.83 g; Popiół: 57.17 g;		
<b>środa 2024-09-04</b> <b>Dieta: H. DIETA PŁYNNA/MIKSOWANA II/III</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500 ml ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy 200ml ( <i>*</i> ),	Zupa krem z buraka 1000ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Mięso mielone 80g, Ziemniaki gotowane 200g, Brokuły gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <i>JAJ, SEL</i> ), <b>Posiłek nocny:</b> Suchary z mlekiem 150ml ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1805.59 kcal; Energia: 6493.85 kJ; Białko ogółem: 85.37 g; białko zwierzęce: 42.65 g; białko roślinne: 22.26 g; Tłuszcz: 64.20 g; Węglowodany ogółem: 254.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.38 g; Sód: 813.24 mg; Potas: 4977.75 mg; Wapń: 1024.87 mg; Fosfor: 1632.09 mg; Błonnik pokarmowy: 23.78 g; suma cukrów prostych: 55.11 g; Woda: 1157.02 g; Popiół: 25.80 g;		
<b>środa 2024-09-04</b> <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA II GIN</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Kakao na mleku b/lakt 250ml ( <i>MLE</i> ), Bułka pszenna 100g ( <i>GLU, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Jajecznica 100g ( <i>JAJ, MLE</i> ), Salata ziel. 10g, Nektarynka gotowana 1 szt.,	Kompot owocowy 250ml, Zupa krem z buraka z grzankami 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Filet drob. w sosie pietruszkowym 80/100 ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Brokuły gotowane 150g,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Pieczywo graham H 50g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Pasta rybno twarogowa z pietruszką b/lak 100g ( <i>SKR, RYB, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Salata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Galaretk owocowa z jabłkiem prażonym 150g ( <i>GLU, *</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2129.64 kcal; Energia: 9244.98 kJ; Białko ogółem: 107.70 g; białko zwierzęce: 73.01 g; białko roślinne: 26.50 g; Tłuszcz: 76.36 g; Węglowodany ogółem: 275.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.60 g; Sód: 1181.48 mg; Potas: 4690.93 mg; Wapń: 983.40 mg; Fosfor: 1813.51 mg; Błonnik pokarmowy: 23.47 g; suma cukrów prostych: 89.29 g; Woda: 1513.39 g; Popiół: 26.68 g;		
<b>środa 2024-09-04</b> <b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW VII GIN</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Kakao na mleku b/lakt 250ml ( <i>MLE</i> ), Bułka grahamka 100g ( <i>GLU, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Jajecznica 100g ( <i>JAJ, MLE</i> ), Salata ziel. 10g, Nektarynka gotowana 1 szt., <b>II Śniadanie:</b> Sałatka ryżowa z jarzynką 7-skl 200g ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ),	Kompot owocowy 250ml, Zupa krem z buraka z grzankami 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Filet drob. w sosie pietruszkowym 80/100 ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Jarzynka z wody gotowana 75g ( <i>SEL</i> ), Brokuły gotowane 75g,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Pasta rybno twarogowa z pietruszką b/lak 100g ( <i>SKR, RYB, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Salata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Galaretk drobiowa 150g ( <i>SKR, JAJ, SEL</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2570.40 kcal; Energia: 10233.09 kJ; Białko ogółem: 142.89 g; białko zwierzęce: 86.24 g; białko roślinne: 27.88 g; Tłuszcz: 94.00 g; Węglowodany ogółem: 288.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.26 g; Sód: 1419.73 mg; Potas: 5415.58 mg; Wapń: 1229.20 mg; Fosfor: 2183.82 mg; Błonnik pokarmowy: 30.13 g; suma cukrów prostych: 78.04 g; Woda: 1570.65 g; Popiół: 56.22 g;		
<b>środa 2024-09-04</b> <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. RADIOLOGICZNA IIRTI/II</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Kakao 250ml ( <i>MLE</i> ), Bułka pszenna 100g ( <i>GLU, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Jajecznica 100g ( <i>JAJ, MLE</i> ), Salata ziel. 10g, Nektarynka gotowana 1 szt.,	Zupa krem z buraka z grzankami 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Filet drob. w sosie pietruszkowym 80/100 ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Brokuły 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> ), Pasta rybno twarogowa z pietruszką 100g ( <i>SKR, RYB, MLE, *</i> ), Salata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Galaretk owocowa z jabłkiem prażonym 150g ( <i>GLU, *</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2116.34 kcal; Energia: 9184.38 kJ; Białko ogółem: 102.79 g; białko zwierzęce: 76.26 g; białko roślinne: 26.40 g; Tłuszcz: 76.55 g; Węglowodany ogółem: 271.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.40 g; Sód: 1203.23 mg; Potas: 4736.93 mg; Wapń: 1030.10 mg; Fosfor: 1926.31 mg; Błonnik pokarmowy: 23.11 g; suma cukrów prostych: 84.85 g; Woda: 1519.13 g; Popiół: 27.06 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-09-04</b>		
<b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD RADIOLOGICZNA VII RTIII/</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kakao 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka grahamka 100g ( <b>GLU, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajecznicza 100g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 10g , Nektarynka gotowana 1 szt , <b>II Śniadanie:</b> Sałatka ryżowa z jarzynką 7-skl 200g ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ),	Zupa krem z buraka z grzankami 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w sosie pietruszkowym 80/100 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Jarzynka z wody gotowana 75g ( <b>SEL</b> ), Brokuły gotowane 75g , Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata H 250ml , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta rybno twarogowa z pietruszką 100g ( <b>SKR, RYB, MLE, *</b> ), Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Galaretka drobiowa 150g ( <b>SKR, JAJ, SEL</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2378.57 kcal; Energia: 9427.85 kJ; Białko ogółem: 121.50 g; białko zwierzęce: 81.24 g; białko roślinne: 27.49 g; Tłuszcz: 87.21 g; Węglowodany ogółem: 270.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.24 g; Sód: 1263.72 mg; Potas: 5174.51 mg; Wapń: 1139.73 mg; Fosfor: 2079.25 mg; Błonnik pokarmowy: 29.01 g; suma cukrów prostych: 68.32 g; Woda: 1530.33 g; Popiół: 55.35 g;		

Urszula Przepióra  
dietyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-09-05</b> <b>Dieta: H. DIETA PODSTAWOWA /I/</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, 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> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Dżem truskawkowy 50g (*), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g, Nektarynka 1 szt. ,	Kompot owocowy 250ml, Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Gulasz wieprz. duszony 80/70 ( <b>GLU, MLE</b> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Marchew oprószana gotowana 75g ( <b>GLU, MLE</b> ), Surówka z białej kapusty 75g ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka gotowana 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Serek kanapkowy 50g ( <b>MLE</b> ), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 150g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2612.70 kcal; Energia: 11774.14 kJ; Białko ogółem: 101.24 g; białko zwierzęce: 101.69 g; białko roślinne: 31.79 g; Tłuszcz: 95.01 g; Węglowodany ogółem: 353.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.96 g; Sód: 1598.60 mg; Potas: 4017.48 mg; Wapń: 872.61 mg; Fosfor: 1877.22 mg; Błonnik pokarmowy: 30.00 g; suma cukrów prostych: 95.66 g; Woda: 1337.95 g; Popiół: 15.66 g;		
<b>czwartek 2024-09-05</b> <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA /II/</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, 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> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Dżem truskawkowy 50g (*), Sałata ziel. 10g, Nektarynka 1 szt. , Pomidor 70g ,	Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Gulasz wieprz. duszony 80/70 ( <b>GLU, MLE</b> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 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> ), Szynka gotowana 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Serek kanapkowy 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 150g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2510.64 kcal; Energia: 11546.16 kJ; Białko ogółem: 99.14 g; białko zwierzęce: 101.70 g; białko roślinne: 29.76 g; Tłuszcz: 90.47 g; Węglowodany ogółem: 349.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.04 g; Sód: 1612.01 mg; Potas: 4013.23 mg; Wapń: 817.45 mg; Fosfor: 1842.18 mg; Błonnik pokarmowy: 30.37 g; suma cukrów prostych: 95.42 g; Woda: 1218.96 g; Popiół: 14.68 g;		
<b>czwartek 2024-09-05</b> <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁUSZCZU /III/</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Bułka weka H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Dżem truskawkowy 50g (*), Sałata ziel. 10g, Nektarynka gotowana 1 szt. ,	Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Gulasz wieprz. duszony 80/70 ( <b>GLU, MLE</b> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 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> ), Szynka gotowana 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Serek kanapkowy 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 150g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2647.89 kcal; Energia: 12120.91 kJ; Białko ogółem: 102.99 g; białko zwierzęce: 100.95 g; białko roślinne: 34.36 g; Tłuszcz: 88.67 g; Węglowodany ogółem: 367.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.11 g; Sód: 1755.71 mg; Potas: 3693.13 mg; Wapń: 809.40 mg; Fosfor: 1782.93 mg; Błonnik pokarmowy: 26.21 g; suma cukrów prostych: 97.90 g; Woda: 1122.42 g; Popiół: 14.19 g;		
<b>czwartek 2024-09-05</b> <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. /IIB/</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Bułka weka H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Dżem truskawkowy 50g (*), Sałata ziel. 10g, Nektarynka gotowana 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Sałatka warzywna z mozzarellą b/papryki, b/pomidora 200g ,	Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Gulasz wieprz. duszony 80/70 ( <b>GLU, MLE</b> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 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> ), Szynka gotowana 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Serek kanapkowy 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 150g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2820.97 kcal; Energia: 12510.31 kJ; Białko ogółem: 108.65 g; białko zwierzęce: 100.95 g; białko roślinne: 34.42 g; Tłuszcz: 104.11 g; Węglowodany ogółem: 369.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.68 g; Sód: 1757.45 mg; Potas: 3754.65 mg; Wapń: 820.28 mg; Fosfor: 1792.35 mg; Błonnik pokarmowy: 26.84 g; suma cukrów prostych: 97.95 g; Woda: 1162.00 g; Popiół: 14.63 g;		

Urszula Przepióra  
dietetyk kliniczny





## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-09-05</b> <b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VIII</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Połędwica sopocka 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Papryka św. 70g, Sałata ziel. 10g, Nektarynka 1 szt., <b>II Śniadanie:</b> Sałatka warzywna z kurczakiem 200g,	Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Gulasz wieprz. duszony 80/70 ( <b>GLU, MLE</b> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Kompot owocowy b/c 250 ml, Marchew oprószana gotowana 75g ( <b>GLU, MLE</b> ), Surówka z białej kapusty 75g,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka gotowana 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Serek kanapkowy 50g ( <b>MLE</b> ), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 150g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2471.10 kcal; Energia: 11157.08 kJ; Białko ogółem: 111.89 g; białko zwierzęce: 117.21 g; białko roślinne: 30.08 g; Tłuszcz: 108.30 g; Węglowodany ogółem: 298.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.34 g; Sód: 1808.69 mg; Potas: 4926.56 mg; Wapń: 894.23 mg; Fosfor: 2155.14 mg; Błonnik pokarmowy: 32.85 g; suma cukrów prostych: 53.27 g; Woda: 1520.42 g; Popiół: 16.96 g;		
<b>czwartek 2024-09-05</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> ), <b>II Śniadanie:</b> Budyń waniliowy 200ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ),	Gospodarska miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Mięso mielone 80g, Ziemniaki gotowane 200g, Marchew oprószana gotowana 150g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy 250ml,	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>JAJ, SEL</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty z mlekiem 150ml/40g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2010.92 kcal; Energia: 8373.59 kJ; Białko ogółem: 94.83 g; białko zwierzęce: 64.78 g; białko roślinne: 21.29 g; Tłuszcz: 75.01 g; Węglowodany ogółem: 257.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.08 g; Sód: 1149.89 mg; Potas: 4761.76 mg; Wapń: 1259.05 mg; Fosfor: 1956.23 mg; Błonnik pokarmowy: 20.41 g; suma cukrów prostych: 72.08 g; Woda: 1280.72 g; Popiół: 15.62 g;		
<b>czwartek 2024-09-05</b> <b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA II GIN</b>		
Pł. owsiane na mleku b/lakt 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml ( <b>GLU, 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> ), Dżem śliwkowy 2 szt. 50g, Twaróg krojony b/lakt 50g, Sałata ziel. 10g, Nektarynka gotowana 1 szt.,	Kompot owocowy 250ml, Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Gulasz wieprz. duszony 80/70 ( <b>GLU, MLE</b> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 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> ), Szynka gotowana 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Serek kanapkowy b/lakt 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 150g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2516.09 kcal; Energia: 11446.11 kJ; Białko ogółem: 89.32 g; białko zwierzęce: 80.70 g; białko roślinne: 29.79 g; Tłuszcz: 97.64 g; Węglowodany ogółem: 328.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 50.64 g; Sód: 1472.15 mg; Potas: 3319.53 mg; Wapń: 467.30 mg; Fosfor: 1495.33 mg; Błonnik pokarmowy: 29.20 g; suma cukrów prostych: 87.67 g; Woda: 867.05 g; Popiół: 12.04 g;		
<b>czwartek 2024-09-05</b> <b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW VII GIN</b>		
Pł. owsiane na mleku b/lakt 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Połędwica sopocka 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Twaróg krojony b/lakt 50g, Sałata ziel. 10g, Nektarynka gotowana 1 szt., <b>II Śniadanie:</b> Sałatka warzywna z kurczakiem b/pomidora 200g,	Kompot owocowy 250ml, Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Gulasz wieprz. duszony 80/70 ( <b>GLU, MLE</b> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Marchew oprószana gotowana 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> ), Szynka gotowana 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Serek kanapkowy b/lakt 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski b/lakt 150g ( <b>MLE</b> ), Buraczki talarki 50g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2573.99 kcal; Energia: 10011.03 kJ; Białko ogółem: 111.22 g; białko zwierzęce: 52.96 g; białko roślinne: 29.40 g; Tłuszcz: 118.17 g; Węglowodany ogółem: 282.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.94 g; Sód: 1638.63 mg; Potas: 3453.94 mg; Wapń: 491.37 mg; Fosfor: 1340.15 mg; Błonnik pokarmowy: 30.35 g; suma cukrów prostych: 60.68 g; Woda: 976.05 g; Popiół: 11.95 g;		

Urszula Przepióra  
dietetyk/kliniczny





## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-09-05</b>		
<b>Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. RADIOLOGICZNA IIRTIII</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, 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> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Dżem śliwkowy 2 szt. 50g, Salata ziel. 10g, Nektarynka gotowana 1 szt,	Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Gulasz wieprz. duszony 80/70 ( <b>GLU, MLE</b> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 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> ), Serek kanapkowy 50g ( <b>MLE</b> ), Szynka gotowana 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Salata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 150g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2520.09 kcal; Energia: 11585.61 kJ; Białko ogółem: 99.17 g; białko zwierzęce: 101.70 g; białko roślinne: 29.79 g; Tłuszcz: 90.49 g; Węglowodany ogółem: 340.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.04 g; Sód: 1603.71 mg; Potas: 3723.53 mg; Wapń: 809.30 mg; Fosfor: 1821.33 mg; Błonnik pokarmowy: 29.20 g; suma cukrów prostych: 101.27 g; Woda: 1123.10 g; Popiół: 14.19 g;		
<b>czwartek 2024-09-05</b>		
<b>Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD RADIOLOGICZNA VII RTIII</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica sopocka 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Salata ziel. 10g, Nektarynka 1 szt., <b>II Śniadanie:</b> Sałatka warzywna z kurczakiem b/pomidora 200g,	Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Gulasz wieprz. duszony 80/70 ( <b>GLU, MLE</b> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Marchew oprószana gotowana 150g ( <b>GLU, 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> ), Szynka gotowana 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Serek kanapkowy 50g ( <b>MLE</b> ), Salata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 150g ( <b>MLE</b> ), Buraczki talarki 50g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2429.45 kcal; Energia: 10903.48 kJ; Białko ogółem: 112.49 g; białko zwierzęce: 119.42 g; białko roślinne: 28.46 g; Tłuszcz: 103.67 g; Węglowodany ogółem: 276.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.52 g; Sód: 1857.28 mg; Potas: 4386.49 mg; Wapń: 848.80 mg; Fosfor: 2118.24 mg; Błonnik pokarmowy: 30.04 g; suma cukrów prostych: 58.13 g; Woda: 1248.76 g; Popiół: 15.54 g;		

Urszula Przepióra  
dietetyk kliniczny