

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2025-01-10</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWAII</b>		
Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyńka gotowana 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), Pasta z kurczaka i warzyw z pietruszką 50g ( <b>SEL</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Mandarynka 2 szt. ,	Krupnik z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, JĘC, MLE, SEL, *</b> ), Ryba smażona 80g morszczuk ( <b>GLU, JAJ, RYB, OZI, ORZ</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchew oprószana gotowana 75g ( <b>GLU, MLE</b> ), Surówka wielowarzywna 75g (*), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka z brokuła z jajkiem i majonezem 200g ( <b>JAJ, GOR</b> ), Ogórek kiszony 70g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Serek homog.waniliowy 1szt ( <b>MLE, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2303.08 kcal; Energia: 9476.11 kJ; Białko ogółem: 100.54 g; białko zwierzęce: 57.59 g; białko roślinne: 33.29 g; Tłuszcz: 85.53 g; Węglowodany ogółem: 336.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.18 g; Sód: 2240.04 mg; Potas: 4564.73 mg; Wapń: 908.03 mg; Fosfor: 1460.04 mg; Błonnik pokarmowy: 32.06 g; suma cukrów prostych: 68.46 g; Woda: 1586.51 g; Popiół: 17.14 g;		
<b>piątek 2025-01-10</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA IIII</b>		
Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyńka gotowana 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), Pasta z kurczaka i warzyw z pietruszką 50g ( <b>SEL</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Mandarynka 2 szt. ,	Krupnik z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, JĘC, MLE, SEL, *</b> ), Ryba z pieca w sosie koperkowym 80/100 H ( <b>GLU, RYB, 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, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka z brokuła z jajkiem i majonezem 200g ( <b>JAJ, GOR</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Serek homog.waniliowy 1szt ( <b>MLE, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2182.75 kcal; Energia: 8870.32 kJ; Białko ogółem: 98.35 g; białko zwierzęce: 61.21 g; białko roślinne: 30.49 g; Tłuszcz: 76.72 g; Węglowodany ogółem: 336.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.68 g; Sód: 1642.10 mg; Potas: 4910.74 mg; Wapń: 896.61 mg; Fosfor: 1450.01 mg; Błonnik pokarmowy: 33.26 g; suma cukrów prostych: 69.90 g; Woda: 1659.19 g; Popiół: 16.18 g;		
<b>piątek 2025-01-10</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA</b>		
Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Szyńka gotowana 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), Pasta z kurczaka i warzyw z pietruszką 50g ( <b>SEL</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Krupnik z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, JĘC, MLE, SEL, *</b> ), Ryba z pieca w sosie koperkowym 80/100 H ( <b>GLU, RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchew oprószana gotowana 150g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Sałatka z brokuła z jajkiem i majonezem 200g ( <b>JAJ, GOR</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Serek homog.waniliowy 1szt ( <b>MLE, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2345.95 kcal; Energia: 9554.32 kJ; Białko ogółem: 101.96 g; białko zwierzęce: 60.46 g; białko roślinne: 34.85 g; Tłuszcz: 75.24 g; Węglowodany ogółem: 372.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.78 g; Sód: 1795.80 mg; Potas: 4823.14 mg; Wapń: 862.01 mg; Fosfor: 1401.11 mg; Błonnik pokarmowy: 30.70 g; suma cukrów prostych: 67.20 g; Woda: 1669.75 g; Popiół: 16.11 g;		
<b>piątek 2025-01-10</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB</b>		
Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Szyńka gotowana 30g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), Pasta z kurczaka i warzyw z pietruszką 50g ( <b>SEL</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Sok Sady Wincenta 1szt. 200ml ,	Krupnik z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, JĘC, MLE, SEL, *</b> ), Ryba z pieca w sosie koperkowym 80/100 H ( <b>GLU, RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchew oprószana gotowana 150g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Sałatka z brokuła z jajkiem i majonezem 200g ( <b>JAJ, GOR</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Serek homog.waniliowy 1szt ( <b>MLE, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2387.95 kcal; Energia: 9729.32 kJ; Białko ogółem: 102.06 g; białko zwierzęce: 60.46 g; białko roślinne: 34.95 g; Tłuszcz: 75.34 g; Węglowodany ogółem: 382.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.79 g; Sód: 1797.80 mg; Potas: 4933.14 mg; Wapń: 871.01 mg; Fosfor: 1407.11 mg; Błonnik pokarmowy: 30.70 g; suma cukrów prostych: 69.10 g; Woda: 1759.35 g; Popiół: 16.31 g;		

Klaudia Sobkowicz

Dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-01-11</b> <b>Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWAII</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, JĘC, MLE, *</b> ), Kakao 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU, ŻYT, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twarożek z pietruszką 100g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 70g, Salata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Kapuśniak z kap. kw. z ziemniakami 400ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ), Kotlec pożarski smażony 80g ( <b>GLU, JAJ, OZI, ORZ</b> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Kalafior z wody gotowany 75g, Mizeria z olejem i papryką 75g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Ketchup 20g, Papryka św. 70g, Salata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Pasztec drobiowy 50g - 1/5 szt. ( <b>GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR</b> ), Rogalik pszenny 1 szt. ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2431.83 kcal; Energia: 9879.01 kJ; Białko ogółem: 96.91 g; białko zwierzęce: 56.70 g; białko roślinne: 28.84 g; Tłuszcz: 92.58 g; Węglowodany ogółem: 326.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.03 g; Sód: 2492.04 mg; Potas: 4284.35 mg; Wapń: 927.57 mg; Fosfor: 1483.18 mg; Błonnik pokarmowy: 31.58 g; suma cukrów prostych: 84.61 g; Woda: 1464.49 g; Popiół: 18.54 g;		
<b>sobota 2025-01-11</b> <b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA IIII</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, JĘC, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 125ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU, ŻYT, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twarożek z pietruszką 100g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 70g, Salata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Klops w sosie pomidorowym 80/100 ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Kalafior z wody gotowany 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Ketchup 20g, Pomidor 70g, Salata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Pasztec drobiowy 50g - 1/5 szt. ( <b>GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR</b> ), Rogalik pszenny 1 szt. ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2327.07 kcal; Energia: 9349.34 kJ; Białko ogółem: 85.76 g; białko zwierzęce: 50.06 g; białko roślinne: 28.83 g; Tłuszcz: 81.52 g; Węglowodany ogółem: 329.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.22 g; Sód: 1870.47 mg; Potas: 4016.73 mg; Wapń: 710.79 mg; Fosfor: 1356.12 mg; Błonnik pokarmowy: 30.75 g; suma cukrów prostych: 72.60 g; Woda: 1274.43 g; Popiół: 15.20 g;		
<b>sobota 2025-01-11</b> <b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, JĘC, MLE, *</b> ), Kakao 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU, ŻYT, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Twarożek z pietruszką 100g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 70g, Salata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Klops w sosie pomidorowym 80/100 ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Kalafior z wody gotowany 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Ketchup 20g, Pomidor 70g, Salata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Pasztec sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ, GOR, *</b> ), Rogalik pszenny 1 szt. ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2547.56 kcal; Energia: 9678.72 kJ; Białko ogółem: 101.04 g; białko zwierzęce: 59.19 g; białko roślinne: 31.27 g; Tłuszcz: 80.38 g; Węglowodany ogółem: 363.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.61 g; Sód: 1720.05 mg; Potas: 4286.05 mg; Wapń: 908.32 mg; Fosfor: 1476.84 mg; Błonnik pokarmowy: 29.48 g; suma cukrów prostych: 87.40 g; Woda: 1392.45 g; Popiół: 15.77 g;		
<b>sobota 2025-01-11</b> <b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, JĘC, MLE, *</b> ), Kakao 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU, ŻYT, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Twarożek z pietruszką 100g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 70g, Salata ziel. 10g, Banan 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Budyń waniliowy 200ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ),	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Klops w sosie pomidorowym 80/100 ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Kalafior z wody gotowany 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Ketchup 20g, Pomidor 70g, Salata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Pasztec sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ, GOR, *</b> ), Rogalik pszenny 1 szt. ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2710.29 kcal; Energia: 10453.20 kJ; Białko ogółem: 115.09 g; białko zwierzęce: 73.19 g; białko roślinne: 31.32 g; Tłuszcz: 84.40 g; Węglowodany ogółem: 388.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.01 g; Sód: 1808.56 mg; Potas: 4565.58 mg; Wapń: 1148.23 mg; Fosfor: 1652.62 mg; Błonnik pokarmowy: 29.52 g; suma cukrów prostych: 104.26 g; Woda: 1569.96 g; Popiół: 17.21 g;		

Klaudia Szabkiewicz  
  
Dietetyk kliniczny

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Sniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-01-11</b> <b>Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA VII</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, JĘC, MLE, *</b> ), Kakao 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU, ŻYT, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twarożek z pietruszką 100g ( <b>MLE</b> ), Szyunka z kotła 50g ( <b>SOJ, MLE, GOR, S02</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Klops w sosie pomidorowym 80/100 ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Kalafior z wody gotowany 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Pieczyno pszenno-żytnie H 100g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Ser topiony 50g ( <b>MLE</b> ), Ketchup 20g, Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Paszтет drobiowy 50g - 1/5 szt. ( <b>GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR</b> ), Rogalik pszenny 1 szt. ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2632.11 kcal; Energia: 10855.85 kJ; Białko ogółem: 117.53 g; białko zwierzęce: 78.36 g; białko roślinne: 31.12 g; Tłuszcz: 95.89 g; Węglowodany ogółem: 348.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 51.86 g; Sód: 3013.87 mg; Potas: 4578.80 mg; Wapń: 1117.88 mg; Fosfor: 1932.33 mg; Błonnik pokarmowy: 31.08 g; suma cukrów prostych: 72.66 g; Woda: 1492.01 g; Popiół: 19.15 g;		
<b>sobota 2025-01-11</b> <b>Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII</b>		
Kawa inka z mlekiem 125ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, JĘC, MLE, *</b> ), Bułka grahamka 100g ( <b>GLU, ŻYT, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twarożek z pietruszką 100g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Kefir 1szt ( <b>MLE</b> ),	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Klops w sosie pomidorowym 80/100 ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Mizeria z olejem i papryką 75g, Kalafior z wody gotowany 75g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Ketchup 20g, Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Papryka św. 70g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Paszтет drobiowy 50g - 1/5 szt. ( <b>GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR</b> ), Rogalik pszenny 1 szt. ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2288.67 kcal; Energia: 9206.39 kJ; Białko ogółem: 87.32 g; białko zwierzęce: 53.24 g; białko roślinne: 27.21 g; Tłuszcz: 88.45 g; Węglowodany ogółem: 299.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.69 g; Sód: 1789.17 mg; Potas: 3750.98 mg; Wapń: 1009.54 mg; Fosfor: 1434.47 mg; Błonnik pokarmowy: 31.29 g; suma cukrów prostych: 63.93 g; Woda: 1396.19 g; Popiół: 14.79 g;		
<b>sobota 2025-01-11</b> <b>Dieta: GR. DIETA PŁYNNĄ IIIII</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Budyń waniliowy 200ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ),	Jarzynowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, *</b> ),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>JAJ, SEL</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Biskopky z herbatą 150ml/40g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1511.15 kcal; Energia: 6777.02 kJ; Białko ogółem: 62.52 g; białko zwierzęce: 53.38 g; białko roślinne: 15.38 g; Tłuszcz: 63.56 g; Węglowodany ogółem: 184.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.80 g; Sód: 960.51 mg; Potas: 3515.12 mg; Wapń: 1024.25 mg; Fosfor: 1687.47 mg; Błonnik pokarmowy: 12.94 g; suma cukrów prostych: 50.94 g; Woda: 858.94 g; Popiół: 12.43 g;		
<b>sobota 2025-01-11</b> <b>Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA B/LAKTOZY IIIII</b>		
Pł. owsiane na mleku b/lakt 300ml ( <b>GLU, OWI, MLE</b> ), Kakao na mleku b/lakt 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU, ŻYT, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twarożek b/lakt 100g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 80g, Banan 1 szt. ,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Klops w sosie pomidorowym 80/100 ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Kalafior z wody gotowany 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Schab pieczony krojony (wyr. wł.) 50g, Ser topiony 50g ( <b>MLE</b> ), Papryka św. 80g , <b>Posiłek nocny:</b> Paszтет drobiowy 50g - 1/5 szt. ( <b>GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR</b> ), Rogalik pszenny 1 szt. ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2412.16 kcal; Energia: 10432.57 kJ; Białko ogółem: 109.74 g; białko zwierzęce: 57.71 g; białko roślinne: 30.82 g; Tłuszcz: 90.03 g; Węglowodany ogółem: 323.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.14 g; Sód: 1545.83 mg; Potas: 4124.00 mg; Wapń: 957.42 mg; Fosfor: 1708.94 mg; Błonnik pokarmowy: 29.59 g; suma cukrów prostych: 78.37 g; Woda: 1227.94 g; Popiół: 16.05 g;		

Dietetyk  
Klaudia Sobkowicz

.....Dietetyk kliniczny

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-01-12</b> <b>Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWAII</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml ( <i>MLE</i> ), Kawa inka z mlekem 250ml ( <i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <i>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</i> ), Pieczywo graham H 50g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Szyunka z indyka 50g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR, *</i> ), Mozzarella 1/4 (30g) ( <i>MLE</i> ), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g, Gruszka 1szt. ,	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, SEL, *</i> ), Udko opiekane 130g, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z olejem gotowane 75g, Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem i kukurydzą 75g ( <i>MLE, *</i> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <i>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</i> ), Pieczywo graham H 50g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Szyunka filet pieczony 50g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Twaróg krojony 50g ( <i>MLE</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Galaretkę z jabłkiem prażonym 150g ( <i>GLU, SEL, SEZ, *</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2375.89 kcal; Energia: 9314.20 kJ; Białko ogółem: 105.17 g; białko zwierzęce: 75.48 g; białko roślinne: 26.02 g; Tłuszcz: 85.41 g; Węglowodany ogółem: 289.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.34 g; Sód: 1223.30 mg; Potas: 3799.64 mg; Wapń: 786.05 mg; Fosfor: 1456.58 mg; Błonnik pokarmowy: 21.93 g; suma cukrów prostych: 76.08 g; Woda: 1350.43 g; Popiół: 13.55 g;		
<b>niedziela 2025-01-12</b> <b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA IIII</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml ( <i>MLE</i> ), Kawa inka z mlekem 250ml ( <i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <i>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</i> ), Pieczywo graham H 50g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Mozzarella 1/4 (30g) ( <i>MLE</i> ), Szyunka z indyka 50g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR, *</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Gruszka 1szt. ,	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, SEL, *</i> ), Udko w sosie własnym duszone 130/100 ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <i>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</i> ), Pieczywo graham H 50g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Szyunka filet pieczony 50g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Twaróg krojony 50g ( <i>MLE</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Galaretkę z jabłkiem prażonym 150g ( <i>GLU, SEL, SEZ, *</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2518.59 kcal; Energia: 9815.72 kJ; Białko ogółem: 107.00 g; białko zwierzęce: 75.51 g; białko roślinne: 27.83 g; Tłuszcz: 91.22 g; Węglowodany ogółem: 315.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.36 g; Sód: 1203.54 mg; Potas: 3994.09 mg; Wapń: 773.91 mg; Fosfor: 1452.33 mg; Błonnik pokarmowy: 22.02 g; suma cukrów prostych: 79.16 g; Woda: 1338.41 g; Popiół: 13.87 g;		
<b>niedziela 2025-01-12</b> <b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml ( <i>MLE</i> ), Kawa inka z mlekem 250ml ( <i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i> ), Pieczywo pszenne H 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Szyunka z indyka 50g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR, *</i> ), Mozzarella 1/4 (30g) ( <i>MLE</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Gruszka gotowana 1 szt. ,	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, SEL, *</i> ), Udko w sosie własnym duszone 130/100 ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Twaróg krojony 50g ( <i>MLE</i> ), Szyunka filet pieczony 50g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Galaretkę z jabłkiem prażonym 150g ( <i>GLU, SEL, SEZ, *</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2671.59 kcal; Energia: 10456.62 kJ; Białko ogółem: 110.85 g; białko zwierzęce: 74.76 g; białko roślinne: 32.43 g; Tłuszcz: 89.42 g; Węglowodany ogółem: 349.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.43 g; Sód: 1355.64 mg; Potas: 3970.09 mg; Wapń: 775.31 mg; Fosfor: 1415.13 mg; Błonnik pokarmowy: 19.12 g; suma cukrów prostych: 81.75 g; Woda: 1341.41 g; Popiół: 13.91 g;		
<b>niedziela 2025-01-12</b> <b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml ( <i>MLE</i> ), Kawa inka z mlekem 250ml ( <i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i> ), Pieczywo pszenne H 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Mozzarella 1/4 (30g) ( <i>MLE</i> ), Szyunka z indyka 50g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR, *</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Gruszka gotowana 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy 200ml (*),	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, SEL, *</i> ), Udko w sosie własnym duszone 130/100 ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Twaróg krojony 50g ( <i>MLE</i> ), Szyunka filet pieczony 50g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Galaretkę z jabłkiem prażonym 150g ( <i>GLU, SEL, SEZ, *</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2696.09 kcal; Energia: 10559.62 kJ; Białko ogółem: 113.35 g; białko zwierzęce: 74.76 g; białko roślinne: 32.50 g; Tłuszcz: 89.45 g; Węglowodany ogółem: 356.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.43 g; Sód: 1355.89 mg; Potas: 3989.34 mg; Wapń: 778.31 mg; Fosfor: 1418.88 mg; Błonnik pokarmowy: 19.62 g; suma cukrów prostych: 86.18 g; Woda: 1359.83 g; Popiół: 13.96 g;		

Klaudia Sobkowicz

Dietetyk kliniczny

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-01-12</b> <b>Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA VII</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka z indyka 50g ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Mozzarella 1/4 (30g) ( <b>MLE</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Gruszka 1szt.,	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Udko w sosie własnym duszone 130/100 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,	Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka filet pieczony 50g ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pasztet sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ, GOR, *</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Galaretkę z jabłkiem prażonym 150g ( <b>GLU, SEL, SEZ, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2788.09 kcal; Energia: 10655.67 kJ; Białko ogółem: 122.36 g; białko zwierzęce: 83.56 g; białko roślinne: 30.63 g; Tłuszcz: 98.02 g; Węglowodany ogółem: 335.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.49 g; Sód: 1561.39 mg; Potas: 4155.29 mg; Wapń: 825.76 mg; Fosfor: 1656.33 mg; Błonnik pokarmowy: 22.12 g; suma cukrów prostych: 65.04 g; Woda: 1429.98 g; Popiół: 15.52 g;		
<b>niedziela 2025-01-12</b> <b>Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka z indyka 50g ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ), Mozzarella 1/4 (30g) ( <b>MLE</b> ), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g, Gruszka 1szt., <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny z musli 200g ( <b>GLU, OZI, JĘC, OWI, MLE, ORZ, *</b> ),	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Udko w sosie własnym duszone 130/100 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z olejem gotowane 75g, Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem i kukurydzą 75g ( <b>MLE, *</b> ), Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka filet pieczony 50g ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Galaretkę drobiową 150g ( <b>SKR, JAJ, SEL</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2792.73 kcal; Energia: 9384.47 kJ; Białko ogółem: 132.16 g; białko zwierzęce: 84.06 g; białko roślinne: 26.33 g; Tłuszcz: 95.46 g; Węglowodany ogółem: 309.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.89 g; Sód: 1121.84 mg; Potas: 4152.72 mg; Wapń: 949.83 mg; Fosfor: 1795.58 mg; Błonnik pokarmowy: 24.35 g; suma cukrów prostych: 70.97 g; Woda: 1421.46 g; Popiół: 14.53 g;		
<b>niedziela 2025-01-12</b> <b>Dieta: GR. DIETA PŁYNNA IIIII</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy 200ml (*),	Rosół mixowany 1000ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>JAJ, SEL</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Suchary z mlekiem 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1396.76 kcal; Energia: 6165.20 kJ; Białko ogółem: 71.17 g; białko zwierzęce: 59.74 g; białko roślinne: 15.24 g; Tłuszcz: 59.56 g; Węglowodany ogółem: 169.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.52 g; Sód: 1013.33 mg; Potas: 3062.61 mg; Wapń: 1197.41 mg; Fosfor: 1599.87 mg; Błonnik pokarmowy: 11.83 g; suma cukrów prostych: 47.32 g; Woda: 866.19 g; Popiół: 12.11 g;		
<b>niedziela 2025-01-12</b> <b>Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA B/LAKTOZY IIII</b>		
Kasza kukurydziana na mleku b/lakt 300ml ( <b>MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka z indyka 50g ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ), Ser wegański 50g, Ogórek św. 80g, Gruszka gotowana 1 szt.,	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Udko w sosie własnym duszone 130/100 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Buraczki z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka filet pieczony 50g ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Twaróg krojony b/lakt 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 80g, <b>Posiłek nocny:</b> Galaretkę z jabłkiem prażonym 150g ( <b>GLU, SEL, SEZ, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2374.93 kcal; Energia: 9105.42 kJ; Białko ogółem: 94.75 g; białko zwierzęce: 54.51 g; białko roślinne: 28.57 g; Tłuszcz: 85.98 g; Węglowodany ogółem: 286.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.48 g; Sód: 1072.02 mg; Potas: 3316.83 mg; Wapń: 428.87 mg; Fosfor: 1117.52 mg; Błonnik pokarmowy: 20.56 g; suma cukrów prostych: 65.51 g; Woda: 1035.26 g; Popiół: 11.31 g;		

Klaudia Sobkowicz

Dietetyk kliniczny

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-01-13</b> <b>Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWAII</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <i>GLU, OWI, MLE</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <i>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</i> ), Pieczywo graham H 50g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Pasta jajeczna z majonezem i pietruszką 100g ( <i>JAJ, GOR</i> ), Papryka kons. 70g ( <i>GOR</i> ), Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Szpinakowa 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Pierogi z mięsem 300g, Surówka z czerwonej kapusty i jabłka 75g, Jarzynka 8-składnikowa gotowane 75g ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <i>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</i> ), Pieczywo graham H 50g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Ser żółty 50g ( <i>MLE</i> ), Szynka delikatesowa 50g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Ogórek kons. 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 150g ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2163.23 kcal; Energia: 9324.29 kJ; Białko ogółem: 89.66 g; białko zwierzęce: 66.13 g; białko roślinne: 25.14 g; Tłuszcz: 81.89 g; Węglowodany ogółem: 257.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.60 g; Sód: 2482.08 mg; Potas: 3187.28 mg; Wapń: 1293.86 mg; Fosfor: 1738.47 mg; Błonnik pokarmowy: 25.12 g; suma cukrów prostych: 62.76 g; Woda: 1262.89 g; Popiół: 58.10 g;		
<b>poniedziałek 2025-01-13</b> <b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA IIII</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <i>GLU, OWI, MLE</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <i>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</i> ), Pieczywo graham H 50g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Pasta jajeczna z majonezem i pietruszką 100g ( <i>JAJ, GOR</i> ), Papryka św. 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Szpinakowa 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Pierogi z mięsem 300g, Jarzynka 8-składnikowa gotowane 150g ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <i>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</i> ), Pieczywo graham H 50g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Szynka delikatesowa 50g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Ser żółty 50g ( <i>MLE</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 150g ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2198.08 kcal; Energia: 9480.24 kJ; Białko ogółem: 90.27 g; białko zwierzęce: 66.13 g; białko roślinne: 25.75 g; Tłuszcz: 78.57 g; Węglowodany ogółem: 286.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.10 g; Sód: 2238.98 mg; Potas: 3741.58 mg; Wapń: 1323.01 mg; Fosfor: 1747.82 mg; Błonnik pokarmowy: 27.68 g; suma cukrów prostych: 65.40 g; Woda: 1308.62 g; Popiół: 99.43 g;		
<b>poniedziałek 2025-01-13</b> <b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <i>GLU, OWI, MLE</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i> ), Pieczywo pszenne H 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Pasta z białka jaja z majonezem i pietruszką 100g ( <i>JAJ, GOR</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Szpinakowa 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Pierogi z mięsem 300g, Jarzynka 8-składnikowa gotowane 150g ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Pasta z sera i wędliny 100g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR, *</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 150g ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2205.22 kcal; Energia: 9450.86 kJ; Białko ogółem: 91.74 g; białko zwierzęce: 60.26 g; białko roślinne: 28.43 g; Tłuszcz: 67.36 g; Węglowodany ogółem: 331.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.27 g; Sód: 1575.36 mg; Potas: 3606.23 mg; Wapń: 980.18 mg; Fosfor: 1571.89 mg; Błonnik pokarmowy: 23.49 g; suma cukrów prostych: 70.48 g; Woda: 1333.09 g; Popiół: 96.52 g;		
<b>poniedziałek 2025-01-13</b> <b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <i>GLU, OWI, MLE</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i> ), Pieczywo pszenne H 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Pasta z białka jaja z majonezem i pietruszką 100g ( <i>JAJ, GOR</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Budyń waniliowy 200ml ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *</i> ),	Szpinakowa 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Pierogi z mięsem 300g, Jarzynka 8-składnikowa gotowane 150g ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Pasta z sera i wędliny 100g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR, *</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 150g ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2367.95 kcal; Energia: 10225.34 kJ; Białko ogółem: 105.79 g; białko zwierzęce: 74.26 g; białko roślinne: 28.48 g; Tłuszcz: 71.37 g; Węglowodany ogółem: 356.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.67 g; Sód: 1663.87 mg; Potas: 3885.76 mg; Wapń: 1220.09 mg; Fosfor: 1747.67 mg; Błonnik pokarmowy: 23.52 g; suma cukrów prostych: 87.34 g; Woda: 1510.61 g; Popiół: 97.95 g;		

Klaudia Sobkowicz

Dietetyk kliniczny

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-01-13</b> <b>Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA IVI</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, OWI, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta jajeczna z majonezem i pietruszką 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), Połędwica sopocka 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Szpinakowa 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Pierogi z mięsem 300g, Jarzynka 8-składnikowa gotowane 150g ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Kompot owocowy 250ml	Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Ser żółty 50g ( <b>MLE</b> ), Szyńska delikatesowa 50g ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 150g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2446.46 kcal; Energia: 9959.30 kJ; Białko ogółem: 106.68 g; białko zwierzęce: 76.25 g; białko roślinne: 27.50 g; Tłuszcz: 84.83 g; Węglowodany ogółem: 318.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.03 g; Sód: 2857.56 mg; Potas: 3971.50 mg; Wapń: 1330.06 mg; Fosfor: 1849.11 mg; Błonnik pokarmowy: 29.26 g; suma cukrów prostych: 51.94 g; Woda: 1359.69 g; Popiół: 100.39 g;		
<b>poniedziałek 2025-01-13</b> <b>Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, OWI, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta jajeczna z majonezem i pietruszką 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), Papryka kons. 70g ( <b>GOR</b> ), Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Hummus 1 szt. ( <b>SEL, GOR, *</b> ),	Szpinakowa 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Pierogi z mięsem 300g, Surówka z czerwonej kapusty i jabłka 75g, Jarzynka 8-składnikowa gotowane 75g ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Ser żółty 50g ( <b>MLE</b> ), Szyńska delikatesowa 50g ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Ogórek kons. 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 150g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2302.18 kcal; Energia: 8735.79 kJ; Białko ogółem: 100.61 g; białko zwierzęce: 66.08 g; białko roślinne: 22.34 g; Tłuszcz: 91.59 g; Węglowodany ogółem: 241.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.11 g; Sód: 2265.68 mg; Potas: 3158.78 mg; Wapń: 1288.86 mg; Fosfor: 1738.47 mg; Błonnik pokarmowy: 30.08 g; suma cukrów prostych: 61.91 g; Woda: 1247.49 g; Popiół: 57.45 g;		
<b>poniedziałek 2025-01-13</b> <b>Dieta: GR. DIETA PLYNNA IIIII</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Budyń waniliowy 200ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ),	Szpinakowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>JAJ, SEL</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski miksowany 200g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1435.49 kcal; Energia: 6568.14 kJ; Białko ogółem: 77.83 g; białko zwierzęce: 70.64 g; białko roślinne: 13.43 g; Tłuszcz: 61.83 g; Węglowodany ogółem: 163.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.87 g; Sód: 1014.32 mg; Potas: 3708.72 mg; Wapń: 1333.32 mg; Fosfor: 1849.62 mg; Błonnik pokarmowy: 12.14 g; suma cukrów prostych: 52.71 g; Woda: 1082.62 g; Popiół: 14.32 g;		
<b>poniedziałek 2025-01-13</b> <b>Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA B/LAKTOZY IIII</b>		
Pł. owsiane na mleku b/lakt 300ml ( <b>GLU, OWI, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta jajeczna z majonezem 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), Papryka św. 80g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Szpinakowa 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Pierogi z mięsem 300g, Jarzynka 8-składnikowa gotowane 150g ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Kompot owocowy 250ml	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyńska delikatesowa 50g ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Ser żółty 50g ( <b>MLE</b> ), Ogórek św. 80g, <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski b/lakt 150g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2206.33 kcal; Energia: 9403.49 kJ; Białko ogółem: 89.56 g; białko zwierzęce: 48.63 g; białko roślinne: 26.04 g; Tłuszcz: 81.02 g; Węglowodany ogółem: 262.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.12 g; Sód: 2131.53 mg; Potas: 3106.68 mg; Wapń: 1023.06 mg; Fosfor: 1520.77 mg; Błonnik pokarmowy: 25.95 g; suma cukrów prostych: 53.64 g; Woda: 1038.39 g; Popiół: 97.19 g;		

Dietetyk

Klaudia Sobkowicz

Dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2025-01-14</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWA/II</b>		
Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Dżem 50g ( <b>GLU, *</b> ), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Kompot owocowy 250ml, Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Fasolka po bretońsku 300g ( <b>GLU, *</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU, JĘC</b> ), Fasolka szparagowa 75g ( <b>ŁUB</b> ), Buraczki z papryką i ciecierzycą 75g ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Polędwica Premium 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Ryż z jabłkiem z jogurtem 150g ( <b>GLU, MLE, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2946.66 kcal; Energia: 12331.16 kJ; Białko ogółem: 129.58 g; białko zwierzęce: 48.62 g; białko roślinne: 46.89 g; Tłuszcz: 93.51 g; Węglowodany ogółem: 469.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.34 g; Sód: 1453.57 mg; Potas: 5077.50 mg; Wapń: 995.09 mg; Fosfor: 1773.12 mg; Błonnik pokarmowy: 43.60 g; suma cukrów prostych: 119.76 g; Woda: 1404.10 g; Popiół: 17.81 g;		
<b>wtorek 2025-01-14</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA III/</b>		
Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Dżem 50g ( <b>GLU, *</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w sosie pietruszkowym 80/100 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU, JĘC</b> ), Fasolka szparagowa 150g ( <b>ŁUB</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Polędwica Premium 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Ryż z jabłkiem z jogurtem 150g ( <b>GLU, MLE, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2763.01 kcal; Energia: 11272.07 kJ; Białko ogółem: 98.22 g; białko zwierzęce: 51.89 g; białko roślinne: 40.75 g; Tłuszcz: 73.75 g; Węglowodany ogółem: 467.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.28 g; Sód: 1217.15 mg; Potas: 4527.45 mg; Wapń: 887.10 mg; Fosfor: 1619.98 mg; Błonnik pokarmowy: 33.88 g; suma cukrów prostych: 114.52 g; Woda: 1443.47 g; Popiół: 15.50 g;		
<b>wtorek 2025-01-14</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA</b>		
Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Dżem 50g ( <b>GLU, *</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w sosie pietruszkowym 80/100 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU, JĘC</b> ), Fasolka szparagowa 150g ( <b>ŁUB</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Polędwica Premium 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Ryż z jabłkiem z jogurtem 150g ( <b>GLU, MLE, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2845.76 kcal; Energia: 11618.72 kJ; Białko ogółem: 100.64 g; białko zwierzęce: 51.11 g; białko roślinne: 43.95 g; Tłuszcz: 71.63 g; Węglowodany ogółem: 486.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.29 g; Sód: 1260.75 mg; Potas: 4489.20 mg; Wapń: 886.00 mg; Fosfor: 1582.78 mg; Błonnik pokarmowy: 30.93 g; suma cukrów prostych: 116.69 g; Woda: 1438.77 g; Popiół: 15.21 g;		
<b>wtorek 2025-01-14</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB</b>		
Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Dżem 50g ( <b>GLU, *</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy 200ml (*),	Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU, JĘC</b> ), Filet drob. w sosie pietruszkowym 80/100 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Fasolka szparagowa 150g ( <b>ŁUB</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Polędwica Premium 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Ryż z jabłkiem z jogurtem 150g ( <b>GLU, MLE, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2943.76 kcal; Energia: 12029.32 kJ; Białko ogółem: 104.14 g; białko zwierzęce: 52.11 g; białko roślinne: 44.03 g; Tłuszcz: 79.90 g; Węglowodany ogółem: 492.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.97 g; Sód: 1261.90 mg; Potas: 4510.95 mg; Wapń: 890.60 mg; Fosfor: 1587.73 mg; Błonnik pokarmowy: 31.43 g; suma cukrów prostych: 121.17 g; Woda: 1458.80 g; Popiół: 15.27 g;		

Klaudia Sobkowicz

Dietetyk kliniczny

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2025-01-14</b> <b>Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA VII</b>		
Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Dżem 50g ( <b>GLU, *</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Kompot owocowy 250ml, Filet drob. w sosie pietruszkowym 80/100 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU, JĘC</b> ), Fasolka szparagowa 150g ( <b>ŁUB</b> ),	Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Połędwica Premium 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL</b> ), Serek kanapkowy 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Ryż z jabłkiem z jogurtem 150g ( <b>GLU, MLE, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2844.01 kcal; Energia: 11817.77 kJ; Białko ogółem: 107.64 g; białko zwierzęce: 59.91 g; białko roślinne: 42.15 g; Tłuszcz: 76.38 g; Węglowodany ogółem: 467.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.35 g; Sód: 1466.50 mg; Potas: 4674.40 mg; Wapń: 936.45 mg; Fosfor: 1823.98 mg; Błonnik pokarmowy: 33.93 g; suma cukrów prostych: 99.98 g; Woda: 1527.34 g; Popiół: 16.82 g;		
<b>wtorek 2025-01-14</b> <b>Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII</b>		
Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Szynka z kotła 50g ( <b>SOJ, MLE, GOR, SO2</b> ), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Sok pomidorowy 1 szt. 330ml ,	Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Kompot owocowy 250ml, Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU, JĘC</b> ), Filet drob. w sosie pietruszkowym 80/100 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Fasolka szparagowa 75g ( <b>ŁUB</b> ), Buraczki z papryką i ciecierzycą 75g ,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Połędwica Premium 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Ryż z jabłkiem z jogurtem 150g ( <b>GLU, MLE, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2424.05 kcal; Energia: 9851.75 kJ; Białko ogółem: 101.48 g; białko zwierzęce: 60.74 g; białko roślinne: 35.74 g; Tłuszcz: 76.28 g; Węglowodany ogółem: 368.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.23 g; Sód: 1456.03 mg; Potas: 4124.81 mg; Wapń: 861.36 mg; Fosfor: 1687.67 mg; Błonnik pokarmowy: 31.57 g; suma cukrów prostych: 75.33 g; Woda: 1445.93 g; Popiół: 14.16 g;		
<b>wtorek 2025-01-14</b> <b>Dieta: GR. DIETA PŁYNNA IIIII</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy 200ml (*),	Żurek miksowany z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>JAJ, SEL</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Suchary z herbatą 150ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1375.78 kcal; Energia: 6237.02 kJ; Białko ogółem: 68.02 g; białko zwierzęce: 57.68 g; białko roślinne: 14.16 g; Tłuszcz: 59.03 g; Węglowodany ogółem: 161.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.08 g; Sód: 1099.63 mg; Potas: 3445.67 mg; Wapń: 1082.43 mg; Fosfor: 1710.49 mg; Błonnik pokarmowy: 12.68 g; suma cukrów prostych: 42.93 g; Woda: 915.53 g; Popiół: 13.06 g;		
<b>wtorek 2025-01-14</b> <b>Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA B/LAKTOZY IIII</b>		
Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony b/lakt 50g ( <b>MLE</b> ), Dżem 50g ( <b>GLU, *</b> ), Ogórek św. 80g, Banan 1 szt. ,	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Kompot owocowy 250ml, Filet drob. w sosie pietruszkowym 80/100 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU, JĘC</b> ), Fasolka szparagowa 150g ( <b>ŁUB</b> ),	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta jarzynowa z majonezem 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Połędwica Premium 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL</b> ), Pomidor 80g, <b>Posiłek nocny:</b> Ryż z jabłkiem 150g ( <b>GLU, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2524.95 kcal; Energia: 10189.83 kJ; Białko ogółem: 84.06 g; białko zwierzęce: 30.98 g; białko roślinne: 39.50 g; Tłuszcz: 68.60 g; Węglowodany ogółem: 418.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.46 g; Sód: 966.24 mg; Potas: 3796.08 mg; Wapń: 517.78 mg; Fosfor: 1265.34 mg; Błonnik pokarmowy: 32.19 g; suma cukrów prostych: 99.67 g; Woda: 1115.54 g; Popiół: 12.40 g;		

Klaudia Sobkowicz

Dietetyk kliniczny

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2025-01-15</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWAII</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, JĘC, MLE, *</b> ), Kakao 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU, ŻYT, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica sopocka 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Ser topiony plastry 2 szt. ( <b>MLE</b> ), Papryka św. 70g, Salata ziel. 10g, Mandarynka 2 szt. ,	Grysikowa z ziel. pietruszką 400 ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Łazanki z b.kap.i wędł. 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Marchew oprószana gotowana 75g ( <b>GLU, MLE</b> ), Surówka meksykańska 75g (*), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta ryбно twarogowa z pietruszką 100g ( <b>GLU, SKR, RYB, JĘC, OWI, MLE, *</b> ), Ogórek św. 70g, Salata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Serek kanapkowy 50g ( <b>MLE</b> ), Rogalik pszenny 1 szt. ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2363.30 kcal; Energia: 9800.21 kJ; Białko ogółem: 98.23 g; białko zwierzęce: 74.14 g; białko roślinne: 30.58 g; Tłuszcz: 105.55 g; Węglowodany ogółem: 294.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.49 g; Sód: 2253.55 mg; Potas: 3522.62 mg; Wapń: 1222.19 mg; Fosfor: 1701.29 mg; Błonnik pokarmowy: 26.36 g; suma cukrów prostych: 75.10 g; Woda: 1391.73 g; Popiół: 14.71 g;		
<b>środa 2025-01-15</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA IIII</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, JĘC, MLE, *</b> ), Kakao 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU, ŻYT, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica sopocka 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Ser topiony plastry 2 szt. ( <b>MLE</b> ), Pomidor 70g, Salata ziel. 10g, Mandarynka 2 szt. ,	Grysikowa z ziel. pietruszką 400 ml ( <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, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta ryбно twarogowa z pietruszką 100g ( <b>GLU, SKR, RYB, JĘC, OWI, MLE, *</b> ), Pomidor 70g, Salata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Serek kanapkowy 50g ( <b>MLE</b> ), Rogalik pszenny 1 szt. ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2211.49 kcal; Energia: 8530.95 kJ; Białko ogółem: 100.69 g; białko zwierzęce: 66.62 g; białko roślinne: 25.27 g; Tłuszcz: 92.02 g; Węglowodany ogółem: 291.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.08 g; Sód: 1730.35 mg; Potas: 3266.49 mg; Wapń: 1144.29 mg; Fosfor: 1544.60 mg; Błonnik pokarmowy: 23.66 g; suma cukrów prostych: 75.10 g; Woda: 1258.49 g; Popiół: 13.18 g;		
<b>środa 2025-01-15</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, JĘC, MLE, *</b> ), Kakao 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU, ŻYT, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Polędwica sopocka 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Pasta brokułowa z majonezem 50g ( <b>JAJ, GOR</b> ), Pomidor 70g, Salata ziel. 10g, Mandarynka 2 szt. ,	Grysikowa z ziel. pietruszką 400 ml ( <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 , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Pasta ryбно twarogowa z pietruszką 100g ( <b>GLU, SKR, RYB, JĘC, OWI, MLE, *</b> ), Pomidor 70g, Salata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Serek kanapkowy 50g ( <b>MLE</b> ), Rogalik pszenny 1 szt. ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2195.17 kcal; Energia: 8463.05 kJ; Białko ogółem: 98.66 g; białko zwierzęce: 61.74 g; białko roślinne: 28.12 g; Tłuszcz: 82.12 g; Węglowodany ogółem: 308.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.79 g; Sód: 1584.45 mg; Potas: 3436.61 mg; Wapń: 1048.94 mg; Fosfor: 1383.64 mg; Błonnik pokarmowy: 24.95 g; suma cukrów prostych: 75.47 g; Woda: 1295.42 g; Popiół: 12.91 g;		
<b>środa 2025-01-15</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, JĘC, MLE, *</b> ), Kakao 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU, ŻYT, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Polędwica sopocka 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Pasta brokułowa z majonezem 50g ( <b>JAJ, GOR</b> ), Pomidor 70g, Salata ziel. 10g, Mandarynka 2 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Budyń waniliowy 200ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ),	Grysikowa z ziel. pietruszką 400 ml ( <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 pszenne H 150g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Pasta ryбно twarogowa z pietruszką 100g ( <b>GLU, SKR, RYB, JĘC, OWI, MLE, *</b> ), Pomidor 70g, Salata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Serek kanapkowy 50g ( <b>MLE</b> ), Rogalik pszenny 1 szt. ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2511.15 kcal; Energia: 9878.73 kJ; Białko ogółem: 117.22 g; białko zwierzęce: 75.44 g; białko roślinne: 32.97 g; Tłuszcz: 87.11 g; Węglowodany ogółem: 363.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.21 g; Sód: 1841.51 mg; Potas: 3745.39 mg; Wapń: 1294.55 mg; Fosfor: 1577.32 mg; Błonnik pokarmowy: 24.38 g; suma cukrów prostych: 94.15 g; Woda: 1481.58 g; Popiół: 14.69 g;		

Klaudia Sobkiewicz

Dietetyk kliniczny

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2025-01-15</b> <b>Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA IVI</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, JĘC, MLE, *</b> ), Kakao 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU, ŻYT, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica sopočka 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Pasztet drobiowy 50g - 1/5 szt. ( <b>GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR</b> ), Ser topiony plastry 2 szt. ( <b>MLE</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Mandarynka 2 szt. ,	Grycikowa z ziel. pietruszką 400 ml ( <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 ,	Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta rybno twarogowa z pietruszką 100g ( <b>GLU, SKR, RYB, JĘC, OWI, MLE, *</b> ), Szynka gotowana 50g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Serek kanapkowy 50g ( <b>MLE</b> ), Rogalik pszenny 1 szt. ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2268.97 kcal; Energia: 8752.40 kJ; Białko ogółem: 110.14 g; białko zwierzęce: 69.22 g; białko roślinne: 26.02 g; Tłuszcz: 97.79 g; Węglowodany ogółem: 279.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.37 g; Sód: 2459.20 mg; Potas: 3320.19 mg; Wapń: 1165.14 mg; Fosfor: 1590.10 mg; Błonnik pokarmowy: 23.76 g; suma cukrów prostych: 60.60 g; Woda: 1291.81 g; Popiół: 14.13 g;		
<b>środa 2025-01-15</b> <b>Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII</b>		
Kakao 250ml ( <b>MLE</b> ), Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, JĘC, MLE, *</b> ), Bułka grahamka 100g ( <b>GLU, ŻYT, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica sopočka 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Ser topiony plastry 2 szt. ( <b>MLE</b> ), Papryka św. 70g, Sałata ziel. 10g, Mandarynka 2 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny z musli 200g ( <b>GLU, OZI, JĘC, OWI, MLE, ORZ, *</b> ),	Grycikowa z ziel. pietruszką 400 ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Marchew oprószana gotowana 75g ( <b>GLU, MLE</b> ), Surówka meksykańska 75g (*), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta rybno twarogowa z pietruszką 100g ( <b>GLU, SKR, RYB, JĘC, OWI, MLE, *</b> ), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Serek kanapkowy 50g ( <b>MLE</b> ), Rogalik pszenny 1 szt. ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2459.50 kcal; Energia: 8658.76 kJ; Białko ogółem: 110.73 g; białko zwierzęce: 70.18 g; białko roślinne: 26.59 g; Tłuszcz: 96.26 g; Węglowodany ogółem: 298.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.65 g; Sód: 1763.90 mg; Potas: 3309.92 mg; Wapń: 1296.19 mg; Fosfor: 1827.34 mg; Błonnik pokarmowy: 23.85 g; suma cukrów prostych: 81.29 g; Woda: 1364.09 g; Popiół: 14.46 g;		
<b>środa 2025-01-15</b> <b>Dieta: GR. DIETA PŁYNNNA IIIII</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kakao 250ml ( <b>MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Budyń waniliowy 200ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ),	Grycikowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>JAJ, SEL</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty z herbatą 150ml/40g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1724.70 kcal; Energia: 7767.38 kJ; Białko ogółem: 80.65 g; białko zwierzęce: 71.88 g; białko roślinne: 15.01 g; Tłuszcz: 80.74 g; Węglowodany ogółem: 195.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.12 g; Sód: 1074.50 mg; Potas: 3300.85 mg; Wapń: 1318.09 mg; Fosfor: 1866.64 mg; Błonnik pokarmowy: 10.90 g; suma cukrów prostych: 66.72 g; Woda: 955.49 g; Popiół: 13.15 g;		
<b>środa 2025-01-15</b> <b>Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA B/LAKTOZY IIII</b>		
Pł. jęczmienne na mleku b/lakt 300ml ( <b>GLU, JĘC, MLE, *</b> ), Kakao na mleku b/lakt 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU, ŻYT, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica sopočka 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Ser topiony plastry b/lakt 2 szt. ( <b>MLE</b> ), Papryka św. 80g, Brzoskwinia z puszki 150g ,	Grycikowa z ziel. pietruszką 400 ml ( <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, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta rybna z twarogiem 100g b/lak ( <b>GLU, SKR, RYB, JĘC, OWI, MLE, *</b> ), Ogórek św. 80g , <b>Posiłek nocny:</b> Serek kanapkowy 50g ( <b>MLE</b> ), Rogalik pszenny 1 szt. ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2171.75 kcal; Energia: 8348.29 kJ; Białko ogółem: 99.34 g; białko zwierzęce: 57.66 g; białko roślinne: 27.87 g; Tłuszcz: 87.16 g; Węglowodany ogółem: 269.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.43 g; Sód: 1400.20 mg; Potas: 2928.36 mg; Wapń: 1031.50 mg; Fosfor: 1306.16 mg; Błonnik pokarmowy: 23.38 g; suma cukrów prostych: 71.64 g; Woda: 1171.44 g; Popiół: 11.73 g;		

Klaudia Sobkowicz



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-01-16</b> <b>Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWAII</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <i>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</i> ), Pieczywo graham H 50g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Szyńka got Delika z indyka 30g ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <i>JAJ</i> ), Pomidor 70g, Gruszka 1szt., Sałata ziel. 10g,	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Stek wieprzowy z cebulką 80/10 ( <i>GLU, JAJ</i> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Mizeria z sosem winegret 75g ( <i>GLU, OZI, GOR, *</i> ), Brokuły gotowane 75g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <i>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</i> ), Pieczywo graham H 50g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Sałatka jarzynowa 200g ( <i>JAJ, MLE, SEL, *</i> ), Papryka św. 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Serek homog.waniliowy 1szt ( <i>MLE, *</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2354.41 kcal; Energia: 10129.07 kJ; Białko ogółem: 103.23 g; białko zwierzęce: 66.91 g; białko roślinne: 34.74 g; Tłuszcz: 91.35 g; Węglowodany ogółem: 334.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.30 g; Sód: 2009.03 mg; Potas: 5063.22 mg; Wapń: 895.96 mg; Fosfor: 1689.78 mg; Błonnik pokarmowy: 31.06 g; suma cukrów prostych: 64.02 g; Woda: 1677.02 g; Popiół: 17.57 g;		
<b>czwartek 2025-01-16</b> <b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA IIII</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <i>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</i> ), Pieczywo graham H 50g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Szyńka got Delika z indyka 30g ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <i>JAJ</i> ), Pomidor 70g, Gruszka 1szt., Sałata ziel. 10g,	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Bitka schab.w sosie własnym duszona 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, ŻYT, MLE, *</i> ), Pieczywo graham H 50g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Sałatka jarzynowa 200g ( <i>JAJ, MLE, SEL, *</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Serek homog.waniliowy 1szt ( <i>MLE, *</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2043.50 kcal; Energia: 9555.96 kJ; Białko ogółem: 94.58 g; białko zwierzęce: 60.12 g; białko roślinne: 32.87 g; Tłuszcz: 66.84 g; Węglowodany ogółem: 329.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.98 g; Sód: 1885.77 mg; Potas: 5332.97 mg; Wapń: 910.73 mg; Fosfor: 1784.96 mg; Błonnik pokarmowy: 30.07 g; suma cukrów prostych: 63.81 g; Woda: 1604.13 g; Popiół: 17.71 g;		
<b>czwartek 2025-01-16</b> <b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i> ), Pieczywo pszenne H 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Szyńka got Delika z indyka 30g ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Pasta z białka jaja 50g ( <i>JAJ</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Gruszka gotowana 1 szt.,	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Bitka schab.w sosie własnym duszona 80/100 ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Brokuły gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Sałatka jarzynowa b/konserw 200g ( <i>JAJ, MLE, SEL</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Serek homog.waniliowy 1szt ( <i>MLE, *</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2213.50 kcal; Energia: 10299.60 kJ; Białko ogółem: 99.21 g; białko zwierzęce: 61.77 g; białko roślinne: 36.46 g; Tłuszcz: 65.51 g; Węglowodany ogółem: 362.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.97 g; Sód: 1895.91 mg; Potas: 5514.66 mg; Wapń: 942.64 mg; Fosfor: 1809.29 mg; Błonnik pokarmowy: 27.15 g; suma cukrów prostych: 66.63 g; Woda: 1645.57 g; Popiół: 17.94 g;		
<b>czwartek 2025-01-16</b> <b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i> ), Pieczywo pszenne H 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Szyńka got Delika z indyka 30g ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Pasta z białka jaja 50g ( <i>JAJ</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Gruszka gotowana 1 szt., <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy 200ml (*),	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Bitka schab.w sosie własnym duszona 80/100 ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Brokuły gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Sałatka jarzynowa b/konserw 200g ( <i>JAJ, MLE, SEL</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Serek homog.waniliowy 1szt ( <i>MLE, *</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2238.00 kcal; Energia: 10402.60 kJ; Białko ogółem: 101.71 g; białko zwierzęce: 61.77 g; białko roślinne: 36.53 g; Tłuszcz: 65.53 g; Węglowodany ogółem: 368.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.97 g; Sód: 1896.16 mg; Potas: 5533.91 mg; Wapń: 945.64 mg; Fosfor: 1813.04 mg; Błonnik pokarmowy: 27.65 g; suma cukrów prostych: 71.06 g; Woda: 1663.99 g; Popiół: 17.99 g;		

Klaudia Sobkowicz

Dietetyk kliniczny

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-01-16</b> <b>Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA IVI</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Paszтет sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ, GOR, *</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Gruszka 1szt. ,	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Bitka schab.w sosie własnym duszona 80/100 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Brokuły gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa 200g ( <b>JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Szyunka filet pieczony 50g ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Serek homog.waniliowy 1szt ( <b>MLE, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2296.00 kcal; Energia: 10120.41 kJ; Białko ogółem: 111.44 g; białko zwierzęce: 60.17 g; białko roślinne: 35.67 g; Tłuszcz: 72.74 g; Węglowodany ogółem: 349.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.11 g; Sód: 2102.62 mg; Potas: 5361.17 mg; Wapń: 915.58 mg; Fosfor: 1784.96 mg; Błonnik pokarmowy: 30.17 g; suma cukrów prostych: 49.69 g; Woda: 1619.50 g; Popiół: 18.36 g;		
<b>czwartek 2025-01-16</b> <b>Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Gruszka 1szt. , <b>II Śniadanie:</b> Owsianka z jabłkiem i jogurtem 200g ( <b>GLU, OWI, MLE, SEZ</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ),	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Bitka schab.w sosie własnym duszona 80/100 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Mizeria z sosem winegret 75g ( <b>GLU, OZI, GOR, *</b> ), Brokuły gotowane 75g, Kompot owocowy 250ml ,	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> ), Papryka św. 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Serek homog.naturalny 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2274.66 kcal; Energia: 10405.28 kJ; Białko ogółem: 96.27 g; białko zwierzęce: 60.09 g; białko roślinne: 36.11 g; Tłuszcz: 74.99 g; Węglowodany ogółem: 341.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.53 g; Sód: 1876.31 mg; Potas: 5672.02 mg; Wapń: 1125.37 mg; Fosfor: 2109.84 mg; Błonnik pokarmowy: 34.42 g; suma cukrów prostych: 76.95 g; Woda: 1782.26 g; Popiół: 19.49 g;		
<b>czwartek 2025-01-16</b> <b>Dieta: GR. DIETA PŁYNNNA IIIII</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy 200ml (*),	Barszcz czerwony miskowany z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>JAJ, SEL</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Twarożek płynny 150g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1517.80 kcal; Energia: 6859.24 kJ; Białko ogółem: 80.89 g; białko zwierzęce: 73.16 g; białko roślinne: 11.55 g; Tłuszcz: 68.39 g; Węglowodany ogółem: 145.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.19 g; Sód: 1055.34 mg; Potas: 3668.44 mg; Wapń: 1284.58 mg; Fosfor: 2070.45 mg; Błonnik pokarmowy: 11.63 g; suma cukrów prostych: 50.00 g; Woda: 1065.04 g; Popiół: 14.15 g;		
<b>czwartek 2025-01-16</b> <b>Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA B/LAKTOZY IIIII</b>		
Kasza manna na mleku b/lakt 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Pomidor 80g, Gruszka gotowana 1 szt. ,	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Bitka schab.w sosie własnym duszona 80/100 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Brokuły gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa 200g ( <b>JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Papryka św. 80g, <b>Posiłek nocny:</b> Bieluch waniliowy b/lakt 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2059.20 kcal; Energia: 9514.36 kJ; Białko ogółem: 84.62 g; białko zwierzęce: 42.62 g; białko roślinne: 33.91 g; Tłuszcz: 68.74 g; Węglowodany ogółem: 316.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.17 g; Sód: 1776.57 mg; Potas: 4782.67 mg; Wapń: 607.23 mg; Fosfor: 1563.66 mg; Błonnik pokarmowy: 29.69 g; suma cukrów prostych: 51.73 g; Woda: 1305.34 g; Popiół: 15.49 g;		

Klaudia Sobkowicz

Dietetyk kliniczny