

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Sniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-01-24 Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWA/II		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g (JAJ, SEL, GOR), Szynka gotowana 50g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g, Mandarynka 2 szt. ,	Krupnik z ziel. pietruszką 400ml (GLU, JĘC, MLE, SEL, *), Ryba smażona 80g morszczuk (GLU, JAJ, RYB, OZI, ORZ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Sałata ziel. z olejem i sosem winegret (GLU, OZI, GOR, *), Sałatka z ogórka kiszzonego i fasoli z ziel.pietruszką 75g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Polędwica sopocka 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta z ciecierzycy, marchwii i twarogu 50g (MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Serek kanapkowy 50g (MLE), Rogalik pszenny 1 szt. (GLU, *),
piątek 2025-01-24 Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA III/		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g (JAJ, SEL, GOR), Szynka gotowana 50g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Mandarynka 2 szt. ,	Krupnik z ziel. pietruszką 400ml (GLU, JĘC, MLE, SEL, *), Ryba z pieca w sosie pietruszkowym 80/100 (GLU, RYB, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Sałata ziel. z olejem i sosem winegret (GLU, OZI, GOR, *), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Polędwica sopocka 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta z ciecierzycy, marchwii i twarogu 50g (MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Serek kanapkowy 50g (MLE), Rogalik pszenny 1 szt. (GLU, *),
piątek 2025-01-24 Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g (JAJ, SEL, GOR), Szynka gotowana 50g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Mandarynka 2 szt. ,	Krupnik z ziel. pietruszką 400ml (GLU, JĘC, MLE, SEL, *), Ryba z pieca w sosie pietruszkowym 80/100 (GLU, RYB, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Sałata ziel. z olejem i sosem winegret (GLU, OZI, GOR, *), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Polędwica sopocka 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta z ciecierzycy, marchwii i twarogu 50g (MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Serek kanapkowy 50g (MLE), Rogalik pszenny 1 szt. (GLU, *),
piątek 2025-01-24 Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g (JAJ, SEL, GOR), Szynka gotowana 50g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Mandarynka 2 szt. , II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g (1szt) (MLE), Mus owocowy 100g ,	Krupnik z ziel. pietruszką 400ml (GLU, JĘC, MLE, SEL, *), Ryba z pieca w sosie pietruszkowym 80/100 (GLU, RYB, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Sałata ziel. z olejem i sosem winegret (GLU, OZI, GOR, *), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Polędwica sopocka 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta z ciecierzycy, marchwii i twarogu 50g (MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Serek kanapkowy 50g (MLE), Rogalik pszenny 1 szt. (GLU, *),
piątek 2025-01-24 Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA VI/		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 100g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g (JAJ, SEL, GOR), Szynka gotowana 50g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), Pasztet drobiowy 50g - 1/3 szt. (GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Mandarynka 2 szt. ,	Krupnik z ziel. pietruszką 400ml (GLU, JĘC, MLE, SEL, *), Ryba z pieca w sosie pietruszkowym 80/100 (GLU, RYB, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Sałata ziel. z olejem i sosem winegret (GLU, OZI, GOR, *), Kompot owocowy 250ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie H 100g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (MLE), Polędwica sopocka 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Pasta z ciecierzycy, marchwii i twarogu 50g (MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Serek kanapkowy 50g (MLE), Rogalik pszenny 1 szt. (GLU, *),

DIETETYK

mgr Milena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-01-24		
Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g (JAJ, SEL, GOR), Szyńka gotowana 50g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g, Mandarynka 2 szt., II Sniadanie: Jogurt naturalny 100g (1szt) (MLE), Mus owocowy 100g,	Krupnik z ziel. pietruszką 400ml (GLU, JĘC, MLE, SEL, *), Ryba z pieca w sosie pietruszkowym 80/100 (GLU, RYB, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Sałata ziel. z olejem i sosem winegret (GLU, OZI, GOR, *), Sałatka z ogórka kiszzonego i fasoli z ziel.pietruszką 75g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Polędwica sopocka 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta z ciecierzycy, marchwii i twarogu 50g (MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek kanapkowy 50g (MLE), Rogalik pszenny 1 szt. (GLU, *),
piątek 2025-01-24		
Dieta: GR. DIETA PŁYNNA IIIII		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml (GLU, JAJ, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), II Sniadanie: Jogurt naturalny 100g (1szt) (MLE), Mus owocowy 100g,	Krupnik miksowany z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml (GLU, JAJ, JĘC, MLE, SEL, *),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL), Posiłek nocny: Suchary z herbatą 150ml,
piątek 2025-01-24		
Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA B/LAKTOZY IIII		
Makaron na mleku b/lakt 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta jarzynowa z majonezem 50g (JAJ, SEL, GOR), Szyńka gotowana 50g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), Ogórek św. 80g, Brzoskwinia z puszkki 150g,	Krupnik z ziel. pietruszką 400ml (GLU, JĘC, MLE, SEL, *), Ryba z pieca w sosie pietruszkowym 80/100 (GLU, RYB, SEL), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 150g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Polędwica sopocka 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta z ciecierzycy, marchwii i twarogu b/lak 50g (MLE), Pomidor 80g, Posiłek nocny: Serek kanapkowy b/lakt 50g (MLE), Rogalik pszenny 1 szt. (GLU, *),

DIETETYK

mgr Małgorzata Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-01-25 Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWA/II		
Kasza kukurydz.na mleku 300ml (MLE), Kakao 250ml (MLE), Bułka pszenna 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 20g (MLE), Szyunka z kotła 50g (SOJ, MLE, GOR, S02), Ser żółty 30g (MLE), Pomidor 70g, Jabłko des. 1 szt. ,	Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Pierogi ruskie b/cebuli 8szt/300g (GLU, ŻYT, MLE), Surówka z kapusty pekińskiej 75g (GLU, OZI, GOR, *), Marchew oprószana gotowana 75g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Ketchup 20g , Papryka św. 70g , Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Koktajl bananowy 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2394.04 kcal; Energia: 7823.61 kJ; Białko ogółem: 98.95 g; białko zwierzęce: 66.11 g; białko roślinne: 19.65 g; Tłuszcz: 74.32 g; Węglowodany ogółem: 349.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.80 g; Sód: 2264.21 mg; Potas: 3743.98 mg; Wapń: 1134.96 mg; Fosfor: 1309.32 mg; Błonnik pokarmowy: 22.76 g; suma cukrów prostych: 80.30 g; Woda: 1390.12 g; Popiół: 14.45 g;		
sobota 2025-01-25 Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA III/		
Kasza kukurydz.na mleku 300ml (MLE), Kakao 250ml (MLE), Bułka pszenna 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 20g (MLE), Szyunka z kotła 50g (SOJ, MLE, GOR, S02), Ser żółty 30g (MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Pierogi ruskie b/cebuli 8szt/300g (GLU, ŻYT, MLE), Marchew oprószana gotowana 150g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Ketchup 20g , Pomidor 70g , Sałata ziel. 20g , Posiłek nocny: Koktajl bananowy 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2339.60 kcal; Energia: 7575.64 kJ; Białko ogółem: 96.94 g; białko zwierzęce: 66.12 g; białko roślinne: 17.63 g; Tłuszcz: 69.26 g; Węglowodany ogółem: 357.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.91 g; Sód: 2242.54 mg; Potas: 3783.50 mg; Wapń: 1129.29 mg; Fosfor: 1282.24 mg; Błonnik pokarmowy: 22.18 g; suma cukrów prostych: 80.56 g; Woda: 1401.64 g; Popiół: 14.17 g;		
sobota 2025-01-25 Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA		
Kasza kukurydz.na mleku 300ml (MLE), Kakao 250ml (MLE), Bułka pszenna 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 15g (MLE), Szyunka z kotła 50g (SOJ, MLE, GOR, S02), Serek grani 50g (MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Pierogi ruskie b/cebuli 8szt/300g (GLU, ŻYT, MLE), Marchew oprószana gotowana 150g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Masło ex 15g (MLE), Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Ketchup 20g , Pomidor 70g , Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Koktajl bananowy 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2298.65 kcal; Energia: 7331.78 kJ; Białko ogółem: 96.48 g; białko zwierzęce: 56.31 g; białko roślinne: 19.97 g; Tłuszcz: 60.75 g; Węglowodany ogółem: 375.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.50 g; Sód: 2030.38 mg; Potas: 3736.99 mg; Wapń: 867.75 mg; Fosfor: 1095.67 mg; Błonnik pokarmowy: 20.72 g; suma cukrów prostych: 82.09 g; Woda: 1382.48 g; Popiół: 12.72 g;		
sobota 2025-01-25 Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB		
Kasza kukurydz.na mleku 300ml (MLE), Kakao 250ml (MLE), Bułka pszenna 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 15g (MLE), Szyunka z kotła 50g (SOJ, MLE, GOR, S02), Serek grani 50g (MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. , II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml (*),	Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Pierogi ruskie b/cebuli 8szt/300g (GLU, ŻYT, MLE), Marchew oprószana gotowana 150g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Ketchup 20g , Pomidor 70g , Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Koktajl bananowy 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2359.90 kcal; Energia: 7588.58 kJ; Białko ogółem: 99.48 g; białko zwierzęce: 56.81 g; białko roślinne: 20.04 g; Tłuszcz: 64.90 g; Węglowodany ogółem: 381.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.84 g; Sód: 2031.08 mg; Potas: 3757.49 mg; Wapń: 871.55 mg; Fosfor: 1100.02 mg; Błonnik pokarmowy: 21.22 g; suma cukrów prostych: 86.55 g; Woda: 1401.70 g; Popiół: 12.77 g;		

DIETETYK
mgr Milena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-01-25 Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA VII		
Kasza kukurydz. na mleku 300ml (MLE), Kakao 250ml (MLE), Bułka pszenna 100g (GLU, ŻYT, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Szyńka z kotta 50g (SOJ, MLE, GOR, S02), Ser żółty 30g (MLE), Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Pierogi ruskie b/cebuli 8szt/300g (GLU, ŻYT, MLE), Marchew oprószana gotowana 150g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Ser topiony plastry 3 szt. (MLE), Ketchup 20g , Pomidor 70g , Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Koktajl bananowy 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2614.65 kcal; Energia: 8169.89 kJ; Białko ogółem: 112.36 g; białko zwierzęce: 72.89 g; białko roślinne: 19.68 g; Tłuszcz: 88.13 g; Węglowodany ogółem: 361.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.32 g; Sód: 2771.08 mg; Potas: 3837.35 mg; Wapń: 1314.54 mg; Fosfor: 1613.59 mg; Błonnik pokarmowy: 25.99 g; suma cukrów prostych: 66.15 g; Woda: 1424.78 g; Popiół: 16.14 g;		
sobota 2025-01-25 Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII		
Kasza kukurydz. na mleku 300ml (MLE), Kakao 250ml (MLE), Bułka grahamka 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 20g (MLE), Szyńka z kotta 50g (SOJ, MLE, GOR, S02), Ser żółty 30g (MLE), Pomidor 70g , Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1 szt. , II Śniadanie: Jogurt naturalny z musli 200g (GLU, OZI, JEĆ, OWI, MLE, ORZ, *),	Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Pierogi ruskie b/cebuli 8szt/300g (GLU, ŻYT, MLE), Fasolka szparagowa 75g (ŁUB), Surówka z kapusty pekińskiej 75g (GLU, OZI, GOR, *), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Ketchup 20g , Papryka św. 70g , Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Koktajl bananowy 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2584.48 kcal; Energia: 7723.06 kJ; Białko ogółem: 106.47 g; białko zwierzęce: 69.67 g; białko roślinne: 19.06 g; Tłuszcz: 74.72 g; Węglowodany ogółem: 374.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.13 g; Sód: 2160.74 mg; Potas: 3925.50 mg; Wapń: 1288.82 mg; Fosfor: 1572.89 mg; Błonnik pokarmowy: 23.54 g; suma cukrów prostych: 86.38 g; Woda: 1485.78 g; Popiół: 15.33 g;		
sobota 2025-01-25 Dieta: GR. DIETA PŁYNNA IIIII		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml (GLU, JAJ, MLE), Kakao 250ml (MLE), II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml (*),	Żurek miksowany z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL), Posiłek nocny: Koktajl bananowy 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 1419.38 kcal; Energia: 6449.45 kJ; Białko ogółem: 70.83 g; białko zwierzęce: 61.84 g; białko roślinne: 12.81 g; Tłuszcz: 60.86 g; Węglowodany ogółem: 160.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.94 g; Sód: 984.75 mg; Potas: 3863.55 mg; Wapń: 1241.40 mg; Fosfor: 1828.95 mg; Błonnik pokarmowy: 12.50 g; suma cukrów prostych: 57.25 g; Woda: 1030.99 g; Popiół: 14.00 g;		
sobota 2025-01-25 Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA B/LAKTOZY IIIII		
Kasza kukurydziana na mleku b/lakt 300ml (MLE), Kakao na mleku b/lakt 250ml (MLE), Bułka pszenna 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 20g (MLE), Szyńka z kotta 50g (SOJ, MLE, GOR, S02), Ser topiony 50g (MLE), Ogórek św. 80g , Jabłko gotowane 1 szt. ,	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Pierogi ziemniaczane 300g (GLU, ŻYT, MLE), Jogurt natur. b/laktozy 1 szt. (MLE), Marchew oprószana gotowana 150g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Szyńka z indyka 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Ser wegański 50g , Papryka św. 80g , Posiłek nocny: Bieluch waniliowy b/lakt 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2356.89 kcal; Energia: 7814.49 kJ; Białko ogółem: 111.90 g; białko zwierzęce: 56.95 g; białko roślinne: 18.00 g; Tłuszcz: 80.25 g; Węglowodany ogółem: 331.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.56 g; Sód: 1665.63 mg; Potas: 2922.12 mg; Wapń: 887.03 mg; Fosfor: 1214.13 mg; Błonnik pokarmowy: 19.69 g; suma cukrów prostych: 67.57 g; Woda: 1164.14 g; Popiół: 11.20 g;		

DIETETYK
mgr Miłena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-01-26		
Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWA/II		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, JĘC, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Szynka delikatesowa 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Mozzarella 1/4 (30g) (MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Gruszka 1szt. ,	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Udko opiekane 130g, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Mizeria z jogurtem 75g (MLE), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 75g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Twarożek z koperkiem 100g (MLE), Ogórek kiszony 70g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Ryż z jabłkiem z jogurtem 150g (GLU, MLE, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia: 2621.74 kcal; Energia: 10309.46 kJ; Białko ogółem: 107.84 g; białko zwierzęce: 81.99 g; białko roślinne: 29.22 g; Tłuszcz: 83.51 g; Węglowodany ogółem: 346.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.61 g; Sód: 2190.48 mg; Potas: 4284.90 mg; Wapń: 968.51 mg; Fosfor: 1823.10 mg; Błonnik pokarmowy: 25.35 g; suma cukrów prostych: 76.68 g; Woda: 1577.84 g; Popiół: 17.92 g;		
niedziela 2025-01-26		
Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA III/		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, JĘC, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Szynka delikatesowa 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Mozzarella 1/4 (30g) (MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Gruszka 1szt. ,	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Udko w sosie potrawkowym duszone 130/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Twarożek z koperkiem 100g (MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Ryż z jabłkiem z jogurtem 150g (GLU, MLE, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia: 2742.71 kcal; Energia: 10710.51 kJ; Białko ogółem: 106.69 g; białko zwierzęce: 82.01 g; białko roślinne: 30.44 g; Tłuszcz: 88.22 g; Węglowodany ogółem: 375.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.82 g; Sód: 1793.64 mg; Potas: 4639.23 mg; Wapń: 943.03 mg; Fosfor: 1810.47 mg; Błonnik pokarmowy: 28.40 g; suma cukrów prostych: 80.51 g; Woda: 1606.98 g; Popiół: 17.31 g;		
niedziela 2025-01-26		
Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, JĘC, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Szynka delikatesowa 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Mozzarella 1/4 (30g) (MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Gruszka gotowana 1 szt. ,	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Udko w sosie potrawkowym duszone 130/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Twarożek z koperkiem 100g (MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Ryż z jabłkiem z jogurtem 150g (GLU, MLE, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia: 2895.71 kcal; Energia: 11351.41 kJ; Białko ogółem: 110.54 g; białko zwierzęce: 81.26 g; białko roślinne: 35.04 g; Tłuszcz: 86.42 g; Węglowodany ogółem: 409.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.90 g; Sód: 1945.74 mg; Potas: 4615.23 mg; Wapń: 944.43 mg; Fosfor: 1773.27 mg; Błonnik pokarmowy: 25.50 g; suma cukrów prostych: 83.10 g; Woda: 1609.98 g; Popiół: 17.35 g;		
niedziela 2025-01-26		
Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, JĘC, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Szynka delikatesowa 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Mozzarella 1/4 (30g) (MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Gruszka gotowana 1 szt. , II Śniadanie: Sok pomidorowy 1 szt. 330ml ,	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Udko w sosie potrawkowym duszone 130/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Twarożek z koperkiem 100g (MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Ryż z jabłkiem z jogurtem 150g (GLU, MLE, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia: 2895.71 kcal; Energia: 11351.41 kJ; Białko ogółem: 110.54 g; białko zwierzęce: 81.26 g; białko roślinne: 35.04 g; Tłuszcz: 86.42 g; Węglowodany ogółem: 409.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.90 g; Sód: 1945.74 mg; Potas: 4615.23 mg; Wapń: 944.43 mg; Fosfor: 1773.27 mg; Błonnik pokarmowy: 25.50 g; suma cukrów prostych: 83.10 g; Woda: 1609.98 g; Popiół: 17.35 g;		

DIETETYK
mgr Miłena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-01-26		
Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA VII		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, JĘC, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 100g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Szynka delikatesowa 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Mozzarella 1/4 (30g) (MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Gruszka 1szt.,	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Udko w sosie potrawkowym duszone 130/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,	Pieczywo pszenno-żytnie H 100g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (MLE), Twarożek z koperkiem 100g (MLE), Szynka filet pieczony 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Ryż z jabłkiem z jogurtem 150g (GLU, MLE, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia: 2948.46 kcal; Energia: 11780.96 kJ; Białko ogółem: 127.04 g; białko zwierzęce: 90.06 g; białko roślinne: 33.24 g; Tłuszcz: 92.57 g; Węglowodany ogółem: 391.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.96 g; Sód: 2151.49 mg; Potas: 4800.43 mg; Wapń: 994.88 mg; Fosfor: 2014.47 mg; Błonnik pokarmowy: 28.50 g; suma cukrów prostych: 66.39 g; Woda: 1698.55 g; Popiół: 18.96 g;		
niedziela 2025-01-26		
Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, JĘC, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Szynka delikatesowa 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Mozzarella 1/4 (30g) (MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Gruszka 1szt., II Śniadanie: Sok pomidorowy 1 szt. 330ml,	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Udko w sosie potrawkowym duszone 130/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 75g, Mizeria z jogurtem 75g (MLE), Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Twarożek z koperkiem 100g (MLE), Ogórek kiszony 70g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Ryż z jabłkiem z jogurtem 150g (GLU, MLE, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia: 2558.64 kcal; Energia: 9943.50 kJ; Białko ogółem: 106.37 g; białko zwierzęce: 81.96 g; białko roślinne: 27.78 g; Tłuszcz: 84.55 g; Węglowodany ogółem: 325.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.48 g; Sód: 1986.65 mg; Potas: 4334.45 mg; Wapń: 973.40 mg; Fosfor: 1843.59 mg; Błonnik pokarmowy: 26.32 g; suma cukrów prostych: 76.42 g; Woda: 1582.08 g; Popiół: 17.45 g;		
niedziela 2025-01-26		
Dieta: GR. DIETA PŁYNNA IIIII		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml (GLU, JAJ, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), II Śniadanie: Sok pomidorowy 1 szt. 330ml,	Rosół mixowany 1000ml (GLU, SEL, *),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL), Posiłek nocny: Twarożek płynny 150g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 1421.36 kcal; Energia: 6218.70 kJ; Białko ogółem: 69.37 g; białko zwierzęce: 63.20 g; białko roślinne: 12.41 g; Tłuszcz: 63.99 g; Węglowodany ogółem: 141.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.38 g; Sód: 861.48 mg; Potas: 3019.46 mg; Wapń: 1211.01 mg; Fosfor: 1815.22 mg; Błonnik pokarmowy: 10.01 g; suma cukrów prostych: 42.49 g; Woda: 853.87 g; Popiół: 11.92 g;		
niedziela 2025-01-26		
Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA BILAKTOZY IIIII		
Pł. jęczmienne na mleku b/lakt 300ml (GLU, JĘC, MLE, *), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Szynka delikatesowa 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Pomidor 80g, Gruszka gotowana 1 szt.,	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Udko w sosie potrawkowym duszone 130/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Twarożek b/lakt 100g (MLE), Ogórek św. 80g, Posiłek nocny: Ryż z jabłkiem 150g (GLU, MLE, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia: 2641.46 kcal; Energia: 10359.96 kJ; Białko ogółem: 102.42 g; białko zwierzęce: 62.71 g; białko roślinne: 31.07 g; Tłuszcz: 84.12 g; Węglowodany ogółem: 343.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.51 g; Sód: 1763.28 mg; Potas: 3963.13 mg; Wapń: 544.63 mg; Fosfor: 1551.42 mg; Błonnik pokarmowy: 26.81 g; suma cukrów prostych: 63.09 g; Woda: 1302.83 g; Popiół: 15.01 g;		

DIETETYK

mgr Milena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-01-27		
Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWA/II		
Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Kawa inka z makiem 250ml (GLU, ŻYT, JEĆ, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta jajeczna z majonezem i pietruszką 100g (JAJ, GOR), Papryka św. 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt.	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Gołąbki z sosem pieczarkowym 1szt/100 (GLU), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Kalafior z wody gotowany 75g, Surówka z kapusty czerwonej 75g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Serek grani 50g (MLE), Polędwica Premium 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Galaretką z brzoskwinia 150g (SEL, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2656.10 kcal; Energia: 11928.43 kJ; Białko ogółem: 109.46 g; białko zwierzęce: 61.88 g; białko roślinne: 39.43 g; Tłuszcz: 90.82 g; Węglowodany ogółem: 383.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.49 g; Sód: 2081.39 mg; Potas: 5651.78 mg; Wapń: 974.34 mg; Fosfor: 1764.76 mg; Błonnik pokarmowy: 36.21 g; suma cukrów prostych: 86.28 g; Woda: 1877.27 g; Popiół: 21.36 g;		
poniedziałek 2025-01-27		
Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA III/		
Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Kawa inka z makiem 250ml (GLU, ŻYT, JEĆ, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta jajeczna z majonezem i pietruszką 100g (JAJ, GOR), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt.,	Selerowa z zieloną pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL), Zraz drob.-wieprz w sosie koperkowym duszony 80/100 (GLU, JAJ, MLE), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Kalafior z wody gotowany 150g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 100g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Polędwica Premium 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL), Serek grani 50g (MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Galaretką z brzoskwinia 150g (SEL, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2468.61 kcal; Energia: 10461.49 kJ; Białko ogółem: 108.54 g; białko zwierzęce: 59.39 g; białko roślinne: 33.96 g; Tłuszcz: 76.83 g; Węglowodany ogółem: 368.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.42 g; Sód: 1646.85 mg; Potas: 4682.44 mg; Wapń: 823.91 mg; Fosfor: 1528.67 mg; Błonnik pokarmowy: 28.67 g; suma cukrów prostych: 84.31 g; Woda: 1582.08 g; Popiół: 16.85 g;		
poniedziałek 2025-01-27		
Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA		
Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Kawa inka z makiem 250ml (GLU, ŻYT, JEĆ, MLE), Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Pasta z białka jaja 100g (JAJ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt.,	Selerowa z zieloną pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL), Zraz drob.-wieprz w sosie koperkowym duszony 80/100 (GLU, JAJ, MLE), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Kalafior z wody gotowany 150g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Serek grani 50g (MLE), Polędwica Premium 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Galaretką z brzoskwinia 150g (SEL, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2333.78 kcal; Energia: 9690.86 kJ; Białko ogółem: 102.36 g; białko zwierzęce: 50.41 g; białko roślinne: 36.74 g; Tłuszcz: 61.97 g; Węglowodany ogółem: 386.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.32 g; Sód: 1467.13 mg; Potas: 4452.59 mg; Wapń: 757.57 mg; Fosfor: 1271.95 mg; Błonnik pokarmowy: 25.37 g; suma cukrów prostych: 86.07 g; Woda: 1491.24 g; Popiół: 15.19 g;		
poniedziałek 2025-01-27		
Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB		
Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Kawa inka z makiem 250ml (GLU, ŻYT, JEĆ, MLE), Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta z białka jaja 100g (JAJ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt., II Śniadanie: Jogurt naturalny 200g (1szt),	Selerowa z zieloną pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL), Zraz drob.-wieprz w sosie koperkowym duszony 80/100 (GLU, JAJ, MLE), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Kalafior z wody gotowany 150g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Serek grani 50g (MLE), Polędwica Premium 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Galaretką z brzoskwinia 150g (SEL, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2467.28 kcal; Energia: 10251.46 kJ; Białko ogółem: 107.66 g; białko zwierzęce: 55.71 g; białko roślinne: 36.74 g; Tłuszcz: 72.22 g; Węglowodany ogółem: 392.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.19 g; Sód: 1531.03 mg; Potas: 4655.09 mg; Wapń: 929.17 mg; Fosfor: 1395.15 mg; Błonnik pokarmowy: 25.37 g; suma cukrów prostych: 91.73 g; Woda: 1579.34 g; Popiół: 16.20 g;		

DIETETYK

mgr Milena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-01-27		
Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA VII		
Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 100g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta jajeczna z majonezem i pietruszką 100g (JAJ, GOR), Szynka gotowana 50g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Selerowa z zieloną pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL), Zraz drob.-wieprz w sosie koperkowym duszony 80/100 (GLU, JAJ, MLE), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Kalafior z wody gotowany 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie H 100g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (MLE), Serek grani 50g (MLE), Połędwica Premium 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL), Pasztet drobiowy 50g - 1/5 szt. (GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Galaretką z brzoskwinia 150g (SEL, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2596.34 kcal; Energia: 10977.19 kJ; Białko ogółem: 119.42 g; białko zwierzęce: 62.01 g; białko roślinne: 36.11 g; Tłuszcz: 82.92 g; Węglowodany ogółem: 372.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.78 g; Sód: 2484.20 mg; Potas: 4750.39 mg; Wapń: 847.26 mg; Fosfor: 1574.17 mg; Błonnik pokarmowy: 28.82 g; suma cukrów prostych: 70.23 g; Woda: 1623.10 g; Popiół: 18.13 g;		
poniedziałek 2025-01-27		
Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII		
Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta jajeczna z majonezem i pietruszką 100g (JAJ, GOR), Papryka św. 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. , II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem i jogurtem 200g (GLU, OWI, MLE, SEZ),	Selerowa z zieloną pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL), Zraz drob.-wieprz w sosie koperkowym duszony 80/100 (GLU, JAJ, MLE), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Kalafior z wody gotowany 75g, Surówka z kapusty czerwonej 75g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Połędwica Premium 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL), Serek grani 50g (MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Galaretką drobiowa 150g (SKR, JAJ, SEL),
Wartości odżywcze: Energia: 2644.05 kcal; Energia: 10489.27 kJ; Białko ogółem: 126.00 g; białko zwierzęce: 64.31 g; białko roślinne: 34.45 g; Tłuszcz: 88.19 g; Węglowodany ogółem: 341.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.15 g; Sód: 1451.46 mg; Potas: 4862.62 mg; Wapń: 1091.48 mg; Fosfor: 1868.49 mg; Błonnik pokarmowy: 34.73 g; suma cukrów prostych: 76.24 g; Woda: 1727.33 g; Popiół: 17.62 g;		
poniedziałek 2025-01-27		
Dieta: GR. DIETA PŁYNNA IIIII		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml (GLU, JAJ, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), II Śniadanie: Jogurt naturalny 200g (1szt) ,	Selerowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml (GLU, JAJ, MLE, SEL),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL), Posiłek nocny: Biszkopty z herbatą 150ml/40g (GLU, JAJ, MLE, *),
Wartości odżywcze: Energia: 1505.96 kcal; Energia: 6779.83 kJ; Białko ogółem: 71.30 g; białko zwierzęce: 63.70 g; białko roślinne: 13.85 g; Tłuszcz: 68.21 g; Węglowodany ogółem: 166.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.33 g; Sód: 1061.87 mg; Potas: 3651.41 mg; Wapń: 1265.02 mg; Fosfor: 1854.64 mg; Błonnik pokarmowy: 12.28 g; suma cukrów prostych: 51.93 g; Woda: 979.60 g; Popiół: 13.60 g;		
poniedziałek 2025-01-27		
Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA B/LAKTOZY IIII		
Zacierka na mleku b/lakt 300ml (GLU, MLE), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta jajeczna z majonezem 100g (JAJ, GOR), Papryka św. 80g, Banan 1 szt. ,	Selerowa z zieloną pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL), Zraz drob.-wieprz w sosie koperkowym duszony 80/100 (GLU, JAJ, MLE), Ziemniaki gotowane 200g, Kalafior z wody gotowany 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Serek kanapkowy b/lakt 50g (MLE), Połędwica Premium 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL), Pomidor 80g b/skórki , Posiłek nocny: Galaretką drobiowa 150g (SKR, JAJ, SEL),
Wartości odżywcze: Energia: 2555.64 kcal; Energia: 10115.70 kJ; Białko ogółem: 112.96 g; białko zwierzęce: 46.86 g; białko roślinne: 34.18 g; Tłuszcz: 90.48 g; Węglowodany ogółem: 323.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.32 g; Sód: 1482.83 mg; Potas: 4244.36 mg; Wapń: 544.09 mg; Fosfor: 1363.50 mg; Błonnik pokarmowy: 29.65 g; suma cukrów prostych: 62.48 g; Woda: 1264.58 g; Popiół: 14.76 g;		

DIETETYK

mgr Milena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-01-28		
Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWAII		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Szyńska filet pieczony 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Ser topiony plastry 2 szt. (MLE), Ogórek kons. 70g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt. ,	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Filet dr. panierow. smażony 100g (GLU, JAJ, OZI, ORZ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Szpinak 75g (GLU, MLE), Surówka z selera i jabłka z papryką i ciecierzycą 75g (MLE, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Twarożek z koperkiem 50g (MLE), Szyńska z indyka 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Serek homog.waniliowy 1szt (MLE, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2309.93 kcal; Energia: 9574.95 kJ; Białko ogółem: 102.53 g; białko zwierzęce: 54.45 g; białko roślinne: 28.71 g; Tłuszcz: 84.18 g; Węglowodany ogółem: 333.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.00 g; Sód: 1512.05 mg; Potas: 4353.57 mg; Wapń: 1032.62 mg; Fosfor: 1561.37 mg; Błonnik pokarmowy: 29.05 g; suma cukrów prostych: 71.11 g; Woda: 1476.51 g; Popiół: 16.10 g;		
wtorek 2025-01-28		
Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA III		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Ser topiony plastry 2 szt. (MLE), Szyńska filet pieczony 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt. ,	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Filet drob. w sosie pietruszkowym 80/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Szpinak 150g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Twarożek z koperkiem 50g (MLE), Szyńska z indyka 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Serek homog.waniliowy 1szt (MLE, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2321.37 kcal; Energia: 9286.97 kJ; Białko ogółem: 102.68 g; białko zwierzęce: 55.93 g; białko roślinne: 27.38 g; Tłuszcz: 84.08 g; Węglowodany ogółem: 328.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.86 g; Sód: 1350.44 mg; Potas: 4490.99 mg; Wapń: 1031.20 mg; Fosfor: 1522.21 mg; Błonnik pokarmowy: 26.80 g; suma cukrów prostych: 68.65 g; Woda: 1539.43 g; Popiół: 16.70 g;		
wtorek 2025-01-28		
Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g (JAJ, SEL, GOR), Szyńska filet pieczony 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt. ,	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Filet drob. w sosie pietruszkowym 80/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Szpinak 150g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Twarożek z koperkiem 50g (MLE), Szyńska z indyka 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Serek homog.waniliowy 1szt (MLE, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2460.06 kcal; Energia: 9826.74 kJ; Białko ogółem: 103.10 g; białko zwierzęce: 50.81 g; białko roślinne: 32.92 g; Tłuszcz: 77.70 g; Węglowodany ogółem: 367.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.07 g; Sód: 1294.19 mg; Potas: 4648.68 mg; Wapń: 936.62 mg; Fosfor: 1328.96 mg; Błonnik pokarmowy: 26.42 g; suma cukrów prostych: 72.66 g; Woda: 1579.12 g; Popiół: 16.15 g;		
wtorek 2025-01-28		
Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g (JAJ, SEL, GOR), Szyńska filet pieczony 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt. , II Śniadanie: Serek wiejski 150g (MLE),	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Filet drob. w sosie pietruszkowym 80/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Szpinak 150g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Twarożek z koperkiem 50g (MLE), Szyńska z indyka 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Serek homog.waniliowy 1szt (MLE, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2460.06 kcal; Energia: 9826.74 kJ; Białko ogółem: 103.10 g; białko zwierzęce: 50.81 g; białko roślinne: 32.92 g; Tłuszcz: 77.70 g; Węglowodany ogółem: 367.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.07 g; Sód: 1294.19 mg; Potas: 4648.68 mg; Wapń: 936.62 mg; Fosfor: 1328.96 mg; Błonnik pokarmowy: 26.42 g; suma cukrów prostych: 72.66 g; Woda: 1579.12 g; Popiół: 16.15 g;		

DIETETYK
mgr Miłena Kamińska

Jadospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-01-28		
Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA VII		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 100g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Szyunka filet pieczony 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Ser topiony plastry 2 szt. (MLE), Szyunka z kotła 50g (SOJ, MLE, GOR, S02), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt. ,	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Filet drob. w sosie pietruszkowym 80/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Szpinak 150g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie H 100g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (MLE), Twarożek z koperkiem 50g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Szyunka z indyka 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Serek homog.waniliowy 1szt (MLE, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2582.27 kcal; Energia: 10499.23 kJ; Białko ogółem: 116.95 g; białko zwierzęce: 79.14 g; białko roślinne: 30.18 g; Tłuszcz: 91.69 g; Węglowodany ogółem: 344.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 50.46 g; Sód: 2560.85 mg; Potas: 4752.57 mg; Wapń: 1450.23 mg; Fosfor: 1887.16 mg; Błonnik pokarmowy: 26.90 g; suma cukrów prostych: 55.05 g; Woda: 1609.44 g; Popiół: 19.96 g;		
wtorek 2025-01-28		
Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Szyunka filet pieczony 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Ser topiony plastry 2 szt. (MLE), Ogórek kons. 70g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt. , II Śniadanie: Serek wiejski 150g (MLE), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *),	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Filet drob. w sosie pietruszkowym 80/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Szpinak 75g (GLU, MLE), Surówka z selera i jabłka z papryką i ciemniczką 75g (MLE, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Twarożek z koperkiem 50g (MLE), Szyunka z indyka 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Serek homog.naturalny 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2226.23 kcal; Energia: 8928.16 kJ; Białko ogółem: 101.47 g; białko zwierzęce: 55.89 g; białko roślinne: 26.21 g; Tłuszcz: 82.49 g; Węglowodany ogółem: 302.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.03 g; Sód: 1277.73 mg; Potas: 4419.97 mg; Wapń: 1026.73 mg; Fosfor: 1602.63 mg; Błonnik pokarmowy: 29.38 g; suma cukrów prostych: 70.63 g; Woda: 1483.02 g; Popiół: 15.90 g;		
wtorek 2025-01-28		
Dieta: GR. DIETA PŁYNNA IIIII		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml (GLU, JAJ, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), II Śniadanie: Serek wiejski miksowany 200g (MLE),	Barszcz czerwony miskowany z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL), Posiłek nocny: Serek homog.naturalny 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 1268.80 kcal; Energia: 5795.74 kJ; Białko ogółem: 64.39 g; białko zwierzęce: 59.16 g; białko roślinne: 11.47 g; Tłuszcz: 60.32 g; Węglowodany ogółem: 131.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.41 g; Sód: 967.09 mg; Potas: 3410.19 mg; Wapń: 1081.58 mg; Fosfor: 1683.70 mg; Błonnik pokarmowy: 11.13 g; suma cukrów prostych: 38.37 g; Woda: 894.47 g; Popiół: 12.55 g;		
wtorek 2025-01-28		
Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA B/LAKTOZY IIII		
Kasza manna na mleku b/lakt 300ml (GLU, MLE), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Ser topiony plastry b/lakt 2 szt. (MLE), Szyunka filet pieczony 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Ogórek św. 80g, Brzoskwinia z puszeki 150g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Filet drob. w sosie pietruszkowym 80/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 150g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Twarożek b/lakt 50g (MLE), Szyunka z indyka 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Pomidor 80g , Posiłek nocny: Bieluch waniliowy b/lakt 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2263.28 kcal; Energia: 8935.78 kJ; Białko ogółem: 94.68 g; białko zwierzęce: 30.13 g; białko roślinne: 29.88 g; Tłuszcz: 81.21 g; Węglowodany ogółem: 313.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.68 g; Sód: 948.94 mg; Potas: 3775.89 mg; Wapń: 620.89 mg; Fosfor: 995.55 mg; Błonnik pokarmowy: 24.86 g; suma cukrów prostych: 55.50 g; Woda: 1188.51 g; Popiół: 13.07 g;		

DIETETYK
mgr Milena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-01-29 Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWA/II		
Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, OWI, MLE), Kakao 250ml (MLE), Bułka pszenna 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta z tuńczyka i jaja z pietruszką 100g (JAJ, GOR, MCK), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Pieczeń rzymska w sosie pieczona 80/100 (GLU, JAJ, MLE), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g (GLU, JĘC), Jarzynka 8-składnikowa gotowane 75g (GLU, MLE, SEL, *), Surówka meksykańska 75g (*), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Sałatka ziemniaczana z szynka i pietruszką 200g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Papryka kons. 70g (GOR), Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Jogurt z musli 150g (GLU, OZI, JĘC, OWI, MLE, ORZ, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2906.63 kcal; Energia: 11862.36 kJ; Białko ogółem: 118.68 g; białko zwierzęce: 74.17 g; białko roślinne: 35.33 g; Tłuszcz: 103.45 g; Węglowodany ogółem: 398.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.87 g; Sód: 1828.03 mg; Potas: 4508.59 mg; Wapń: 1073.13 mg; Fosfor: 2205.60 mg; Błonnik pokarmowy: 30.48 g; suma cukrów prostych: 74.69 g; Woda: 1517.34 g; Popiół: 58.45 g;		
środa 2025-01-29 Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA III/		
Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, OWI, MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Bułka pszenna 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta z tuńczyka i jaja z pietruszką 100g (JAJ, GOR, MCK), Pomidor 70g, Jabłko des. 1 szt. , Sałata ziel. 10g ,	Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Pieczeń rzymska w sosie pieczona 80/100 (GLU, JAJ, MLE), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g (GLU, JĘC), Jarzynka 8-składnikowa gotowane 150g (GLU, MLE, SEL, *), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Sałatka ziemniaczana z szynka i pietruszką 200g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Jogurt z musli 150g (GLU, OZI, JĘC, OWI, MLE, ORZ, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2768.79 kcal; Energia: 11217.93 kJ; Białko ogółem: 104.03 g; białko zwierzęce: 61.57 g; białko roślinne: 33.88 g; Tłuszcz: 94.30 g; Węglowodany ogółem: 402.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.55 g; Sód: 1365.70 mg; Potas: 4454.37 mg; Wapń: 876.00 mg; Fosfor: 1987.18 mg; Błonnik pokarmowy: 30.70 g; suma cukrów prostych: 63.88 g; Woda: 1307.80 g; Popiół: 97.52 g;		
środa 2025-01-29 Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA		
Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, OWI, MLE), Kakao 250ml (MLE), Bułka pszenna 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 15g (MLE), Pomidor 70g , Pasta z tuńczyka i jaja z pietruszką 100g (JAJ, GOR, MCK), Sałata ziel. 10g , Jabłko gotowane 1 szt. ,	Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Pieczeń rzymska w sosie pieczona 80/100 (GLU, JAJ, MLE), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g (GLU, JĘC), Jarzynka 8-składnikowa gotowane 150g (GLU, MLE, SEL, *), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Sałatka ziemniaczana z szynka i pietruszką 200g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Jogurt z musli 150g (GLU, OZI, JĘC, OWI, MLE, ORZ, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2945.63 kcal; Energia: 12042.61 kJ; Białko ogółem: 118.99 g; białko zwierzęce: 73.30 g; białko roślinne: 37.12 g; Tłuszcz: 94.00 g; Węglowodany ogółem: 436.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.54 g; Sód: 1520.48 mg; Potas: 4791.09 mg; Wapń: 1094.93 mg; Fosfor: 2154.30 mg; Błonnik pokarmowy: 29.73 g; suma cukrów prostych: 79.08 g; Woda: 1467.85 g; Popiół: 99.07 g;		
środa 2025-01-29 Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB		
Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, OWI, MLE), Kakao 250ml (MLE), Bułka pszenna 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 15g (MLE), Pasta z tuńczyka i jaja z pietruszką 100g (JAJ, GOR, MCK), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. , II Śniadanie: Koktajl bananowo-brzoskwiniowy 200ml (MLE),	Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Pieczeń rzymska w sosie pieczona 80/100 (GLU, JAJ, MLE), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g (GLU, JĘC), Jarzynka 8-składnikowa gotowane 150g (GLU, MLE, SEL, *), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Sałatka ziemniaczana z szynka i pietruszką 200g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Jogurt z musli 150g (GLU, OZI, JĘC, OWI, MLE, ORZ, *),
Wartości odżywcze: Energia: 3083.33 kcal; Energia: 12658.61 kJ; Białko ogółem: 125.79 g; białko zwierzęce: 78.90 g; białko roślinne: 38.32 g; Tłuszcz: 95.89 g; Węglowodany ogółem: 459.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.89 g; Sód: 1577.18 mg; Potas: 5299.79 mg; Wapń: 1249.63 mg; Fosfor: 2285.70 mg; Błonnik pokarmowy: 31.91 g; suma cukrów prostych: 93.79 g; Woda: 1661.81 g; Popiół: 100.75 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Sniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-01-29 Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA VII		
Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, OWI, MLE), Kakao 250ml (MLE), Bułka pszenna 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta z tuńczyka i jaja z pietruszką 100g (JAJ, GOR, MCK), Twaróg krojony 50g (MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Pieczeń rzymska w sosie pieczona 80/100 (GLU, JAJ, MLE), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g (GLU, JĘC), Jarzynka 8-składnikowa gotowane 150g (GLU, MLE, SEL, *), Kompot owocowy 250ml ,	Pieczyno pszenno-żytnie H 100g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g (MLE), Sałatka ziemniaczana z szynka i pietruszką 200g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Ser topiony 50g (MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Jogurt z musli 150g (GLU, OZI, JĘC, OWI, MLE, ORZ, *),
Wartości odżywcze: Energia: 3091.78 kcal; Energia: 12798.36 kJ; Białko ogółem: 130.95 g; białko zwierzęce: 84.45 g; białko roślinne: 36.18 g; Tłuszcz: 109.66 g; Węglowodany ogółem: 422.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 52.87 g; Sód: 1995.53 mg; Potas: 4881.89 mg; Wapń: 1327.48 mg; Fosfor: 2575.10 mg; Błonnik pokarmowy: 31.03 g; suma cukrów prostych: 65.06 g; Woda: 1529.69 g; Popiół: 101.40 g;		
środa 2025-01-29 Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII		
Kawa inka z mlekiem 125ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, OWI, MLE), Bułka grahamka 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta z tuńczyka i jaja z pietruszką 100g (JAJ, GOR, MCK), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. , II Śniadanie: Koktajl bananowo-brzoskwiniowy 200ml (MLE),	Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Pieczeń rzymska w sosie pieczona 80/100 (GLU, JAJ, MLE), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g (GLU, JĘC), Jarzynka 8-składnikowa gotowane 75g (GLU, MLE, SEL, *), Surówka meksykańska 75g (*), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Sałatka ziemniaczana z szynka i pietruszką 200g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Papryka kons. 70g (GOR), Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Jogurt z musli 150g (GLU, OZI, JĘC, OWI, MLE, ORZ, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2841.59 kcal; Energia: 11545.38 kJ; Białko ogółem: 110.56 g; białko zwierzęce: 67.15 g; białko roślinne: 34.24 g; Tłuszcz: 100.33 g; Węglowodany ogółem: 390.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.36 g; Sód: 1697.25 mg; Potas: 4666.47 mg; Wapń: 1006.70 mg; Fosfor: 2151.58 mg; Błonnik pokarmowy: 32.32 g; suma cukrów prostych: 75.35 g; Woda: 1552.93 g; Popiół: 58.29 g;		
środa 2025-01-29 Dieta: GR. DIETA PŁYNNY IIII		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml (GLU, JAJ, MLE), II Śniadanie: Koktajl bananowo-brzoskwiniowy 200ml (MLE),	Gospodarska miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL), Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g (1szt) (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 1372.22 kcal; Energia: 6153.48 kJ; Białko ogółem: 57.38 g; białko zwierzęce: 49.32 g; białko roślinne: 14.30 g; Tłuszcz: 57.05 g; Węglowodany ogółem: 161.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.21 g; Sód: 939.48 mg; Potas: 3640.70 mg; Wapń: 1068.22 mg; Fosfor: 1694.46 mg; Błonnik pokarmowy: 13.47 g; suma cukrów prostych: 46.50 g; Woda: 916.04 g; Popiół: 13.08 g;		
środa 2025-01-29 Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA B/LAKTOZY IIII		
Pł. owsiane na mleku b/lakt 300ml (GLU, OWI, MLE), Kakao na mleku b/lakt 250ml (MLE), Bułka pszenna 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta z tuńczyka i jaja 100g (JAJ, GOR, MCK), Pomidor 80g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Pieczeń rzymska w sosie pieczona 80/100 (GLU, JAJ, MLE), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g (GLU, JĘC), Jarzynka 8-składnikowa gotowane 150g (GLU, MLE, SEL, *), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Sałatka ziemniaczana z szynką 200g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Papryka św. 80g , Posiłek nocny: Serek wiejski b/lakt 150g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2821.13 kcal; Energia: 12421.41 kJ; Białko ogółem: 124.56 g; białko zwierzęce: 68.37 g; białko roślinne: 35.67 g; Tłuszcz: 109.64 g; Węglowodany ogółem: 366.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.10 g; Sód: 1383.18 mg; Potas: 4341.69 mg; Wapń: 898.88 mg; Fosfor: 1844.60 mg; Błonnik pokarmowy: 30.60 g; suma cukrów prostych: 72.33 g; Woda: 1283.98 g; Popiół: 97.42 g;		

DIETETYK
mgr Milena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-01-30 Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWA/II		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Serek kanapkowy 50g (MLE), Szynka filet pieczony 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Ogórek kiszony 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Risotto z mięsem drob. i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/100 (GLU, SEL, *), Surówka z kapusty pekińskiej 75g (GLU, OZI, GOR, *), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 75g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta z kurczaka i brokuła z majonezem i pietruszką 100g (JAJ, GOR), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Galaretko owocowa 150g (SEL, *), Ciastka zbożowe 25g (1 opak.) (GLU, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2692.08 kcal; Energia: 9912.19 kJ; Białko ogółem: 101.22 g; białko zwierzęce: 36.67 g; białko roślinne: 35.40 g; Tłuszcz: 81.63 g; Węglowodany ogółem: 392.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.08 g; Sód: 1551.92 mg; Potas: 3980.97 mg; Wapń: 781.73 mg; Fosfor: 1124.83 mg; Błonnik pokarmowy: 30.89 g; suma cukrów prostych: 88.63 g; Woda: 1322.63 g; Popiół: 14.84 g;		
czwartek 2025-01-30 Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA /III		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Serek kanapkowy 50g (MLE), Szynka filet pieczony 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Risotto z mięsem drob. i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/100 (GLU, SEL, *), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta z kurczaka i brokuła z majonezem i pietruszką 100g (JAJ, GOR), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Galaretko owocowa 150g (SEL, *), Ciastka zbożowe 25g (1 opak.) (GLU, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2679.52 kcal; Energia: 9882.39 kJ; Białko ogółem: 97.90 g; białko zwierzęce: 36.67 g; białko roślinne: 34.48 g; Tłuszcz: 79.36 g; Węglowodany ogółem: 407.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.19 g; Sód: 1089.19 mg; Potas: 4242.60 mg; Wapń: 771.89 mg; Fosfor: 1100.92 mg; Błonnik pokarmowy: 30.97 g; suma cukrów prostych: 92.22 g; Woda: 1354.66 g; Popiół: 13.99 g;		
czwartek 2025-01-30 Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Serek kanapkowy 50g (MLE), Szynka filet pieczony 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Risotto z mięsem drob. i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/100 (GLU, SEL, *), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Pasta z kurczaka i brokuła z majonezem i pietruszką 100g (JAJ, GOR), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Galaretko owocowa 150g (SEL, *), Ciastka zbożowe 25g (1 opak.) (GLU, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2832.52 kcal; Energia: 10523.29 kJ; Białko ogółem: 101.75 g; białko zwierzęce: 35.92 g; białko roślinne: 39.08 g; Tłuszcz: 77.56 g; Węglowodany ogółem: 441.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.27 g; Sód: 1241.29 mg; Potas: 4218.60 mg; Wapń: 773.29 mg; Fosfor: 1063.72 mg; Błonnik pokarmowy: 28.07 g; suma cukrów prostych: 94.81 g; Woda: 1357.66 g; Popiół: 14.03 g;		
czwartek 2025-01-30 Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Serek kanapkowy 50g (MLE), Szynka filet pieczony 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. , II Sniadanie: Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *),	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Risotto z mięsem drob. i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/100 (GLU, SEL, *), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Pasta z kurczaka i brokuła z majonezem i pietruszką 100g (JAJ, GOR), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Galaretko owocowa 150g (SEL, *), Ciastka zbożowe 25g (1 opak.) (GLU, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2995.25 kcal; Energia: 11297.77 kJ; Białko ogółem: 115.80 g; białko zwierzęce: 49.92 g; białko roślinne: 39.13 g; Tłuszcz: 81.58 g; Węglowodany ogółem: 466.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.67 g; Sód: 1329.80 mg; Potas: 4498.13 mg; Wapń: 1013.20 mg; Fosfor: 1239.50 mg; Błonnik pokarmowy: 28.11 g; suma cukrów prostych: 111.67 g; Woda: 1535.18 g; Popiół: 15.47 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-01-30		
Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA /VI/		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 100g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Serek kanapkowy 50g (MLE), Szyńka filet pieczony 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Ser żółty 50g (MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Risotto z mięsem drob. i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/100 (GLU, SEL, *), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie H 100g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (MLE), Pasta z kurczaka i brokuła z majonezem i pietruszką 100g (JAJ, GOR), Ser topiony plastry 3 szt. (MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Galaretki owocowa 150g (SEL, *), Ciastka zbożowe 25g (1 opak.) (GLU, *),
Wartości odżywcze: Energia: 3040.87 kcal; Energia: 11515.57 kJ; Białko ogółem: 110.56 g; białko zwierzęce: 57.70 g; białko roślinne: 37.28 g; Tłuszcz: 99.12 g; Węglowodany ogółem: 423.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.15 g; Sód: 2184.52 mg; Potas: 4333.63 mg; Wapń: 1371.81 mg; Fosfor: 1653.08 mg; Błonnik pokarmowy: 31.07 g; suma cukrów prostych: 78.65 g; Woda: 1420.43 g; Popiół: 18.44 g;		
czwartek 2025-01-30		
Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Serek kanapkowy 50g (MLE), Szyńka filet pieczony 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Ogórek kiszony 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. , II Śniadanie: Kefir 150ml (MLE),	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Risotto z mięsem drob. i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/100 (GLU, SEL, *), Surówka z kapusty pekińskiej 75g (GLU, OZI, GOR, *), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 75g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta z kurczaka i brokuła z majonezem i pietruszką 100g (JAJ, GOR), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Galaretki rybna 150g (SKR, JAJ, RYB, SEL),
Wartości odżywcze: Energia: 2563.12 kcal; Energia: 9198.25 kJ; Białko ogółem: 120.11 g; białko zwierzęce: 62.02 g; białko roślinne: 32.57 g; Tłuszcz: 86.43 g; Węglowodany ogółem: 339.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.86 g; Sód: 1538.48 mg; Potas: 4130.00 mg; Wapń: 1136.85 mg; Fosfor: 1387.27 mg; Błonnik pokarmowy: 31.65 g; suma cukrów prostych: 71.80 g; Woda: 1501.62 g; Popiół: 15.86 g;		
czwartek 2025-01-30		
Dieta: GR. DIETA PLYNNA /III/		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml (GLU, JAJ, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), II Śniadanie: Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *),	Barszcz biały miksowany z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL), Posiłek nocny: Suchary z herbatą 150ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1553.16 kcal; Energia: 7077.15 kJ; Białko ogółem: 80.67 g; białko zwierzęce: 71.68 g; białko roślinne: 15.23 g; Tłuszcz: 63.13 g; Węglowodany ogółem: 189.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.50 g; Sód: 1190.09 mg; Potas: 3845.65 mg; Wapń: 1321.49 mg; Fosfor: 1903.92 mg; Błonnik pokarmowy: 12.77 g; suma cukrów prostych: 55.54 g; Woda: 1098.99 g; Popiół: 14.73 g;		
czwartek 2025-01-30		
Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA B/LAKTOZY /III/		
Kasza kukurydziana na mleku b/lakt 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Serek kanapkowy b/lakt 50g (MLE), Szyńka filet pieczony 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Ogórek św. 80g, Banan 1 szt. ,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Risotto z mięsem drob. i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/100 (GLU, SEL, *), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta z kurczaka i brokuła z majonezem i pietruszką 100g (JAJ, GOR), Pomidor 80g, Posiłek nocny: Galaretki owocowa 150g (SEL, *), Ciastka zbożowe 25g (1 opak.) (GLU, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2675.12 kcal; Energia: 9745.69 kJ; Białko ogółem: 84.32 g; białko zwierzęce: 19.17 g; białko roślinne: 35.25 g; Tłuszcz: 86.97 g; Węglowodany ogółem: 379.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.71 g; Sód: 980.08 mg; Potas: 3625.80 mg; Wapń: 474.49 mg; Fosfor: 880.12 mg; Błonnik pokarmowy: 29.54 g; suma cukrów prostych: 80.17 g; Woda: 1088.45 g; Popiół: 11.84 g;		

DIETETYK

mgr Miłena Kamińska