

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-01-10		
Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/		
Ryż na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Kawa inka z mlekiem 250ml (<i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i>), Pieczywo graham H 100g (<i>GLU, MLE, *</i>), Masło ex 20g (<i>MLE</i>), Szynka gotowana 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), Pasta z kurczaka i warzyw z pietruszką 50g (<i>SEL</i>), Sałata ziel. 10g, Pomidor 70g, Mandarynka 2 szt., II Śniadanie: Sok Sady Wincenta 1szt. 200ml,	Krupnik z ziel. pietruszką 400ml (<i>GLU, JĘC, MLE, SEL, *</i>), Ryba z pieca w sosie koperkowym 80/100 H (<i>GLU, RYB, SEL</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka wielowarzywna b/o 75g (*), Marchew oprószana gotowana 75g (<i>GLU, MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250 ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (<i>GLU, MLE, *</i>), Masło ex 20g (<i>MLE</i>), Sałatka z brokuła z jajkiem i majonezem 200g (<i>JAJ, GOR</i>), Papryka św. 70g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek homog.naturalny 1szt (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2024.90 kcal; Energia: 8450.79 kJ; Białko ogółem: 97.68 g; białko zwierzęce: 61.15 g; białko roślinne: 29.95 g; Tłuszcz: 79.02 g; Węglowodany ogółem: 284.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.28 g; Sód: 1410.86 mg; Potas: 5031.25 mg; Wapń: 935.18 mg; Fosfor: 1481.53 mg; Błonnik pokarmowy: 34.24 g; suma cukrów prostych: 59.25 g; Woda: 1751.33 g; Popiół: 16.32 g;		
piątek 2025-01-10		
Dieta: H. DIETA PŁYNNA/MIKSOWANA /VIII/		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500 ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), II Śniadanie: Sok Sady Wincenta 1szt. 200ml,	Krupnik miksowany z masłem, mięsem i żółtkiem 400ml (<i>GLU, JAJ, JĘC, MLE, SEL, *</i>), Mięso mielone 80g, Ziemniaki gotowane 200g, Marchew oprószana gotowana 150g (<i>GLU, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml,	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (<i>JAJ, SEL</i>), Posiłek nocny: Biszkopty z mlekiem 150ml/40g (<i>GLU, JAJ, MLE, *</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 1876.90 kcal; Energia: 7610.40 kJ; Białko ogółem: 79.45 g; białko zwierzęce: 49.94 g; białko roślinne: 20.67 g; Tłuszcz: 70.83 g; Węglowodany ogółem: 249.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.53 g; Sód: 1034.09 mg; Potas: 4608.45 mg; Wapń: 1014.27 mg; Fosfor: 1790.79 mg; Błonnik pokarmowy: 20.99 g; suma cukrów prostych: 57.63 g; Woda: 1187.22 g; Popiół: 14.35 g;		
piątek 2025-01-10		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA II GIN		
Ryż na mleku b/lakt 300ml (<i>MLE</i>), Kawa inka z mlekiem b/lakt 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>), Szynka gotowana 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), Pasta z kurczaka i warzyw z pietruszką 50g (<i>SEL</i>), Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt.,	Kompot owocowy 250ml, Krupnik z ziel. pietruszką 400ml (<i>GLU, JĘC, MLE, SEL, *</i>), Ryba z pieca w sosie koperkowym 80/100 H (<i>GLU, RYB, SEL</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchew oprószana gotowana 150g (<i>GLU, MLE</i>),	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 z brokuła z jajkiem i majonezem b/pomidora 200g (<i>JAJ, GOR</i>), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Bieluch waniliowy b/lakt 1szt (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2206.05 kcal; Energia: 9010.15 kJ; Białko ogółem: 87.45 g; białko zwierzęce: 43.71 g; białko roślinne: 31.59 g; Tłuszcz: 78.60 g; Węglowodany ogółem: 310.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.94 g; Sód: 1528.06 mg; Potas: 3929.62 mg; Wapń: 548.70 mg; Fosfor: 1208.71 mg; Błonnik pokarmowy: 31.56 g; suma cukrów prostych: 51.44 g; Woda: 1250.27 g; Popiół: 13.41 g;		
piątek 2025-01-10		
Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW VII GIN		
Ryż na mleku b/lakt 300ml (<i>MLE</i>), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml (<i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i>), Pieczywo graham H 100g (<i>GLU, MLE, *</i>), Masło ex 20g (<i>MLE</i>), Szynka gotowana 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), Pasta z kurczaka i warzyw z pietruszką 50g (<i>SEL</i>), Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt., II Śniadanie: Sok Sady Wincenta 1szt. 200ml,	Kompot owocowy 250ml, Krupnik z ziel. pietruszką 400ml (<i>GLU, JĘC, MLE, SEL, *</i>), Ryba z pieca w sosie koperkowym 80/100 H (<i>GLU, RYB, SEL</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Jarzynka z wody gotowana 75g (<i>SEL</i>), Marchew oprószana gotowana 75g (<i>GLU, MLE</i>),	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (<i>GLU, MLE, *</i>), Masło ex 20g (<i>MLE</i>), Sałatka z brokuła z jajkiem i majonezem b/pomidora 200g (<i>JAJ, GOR</i>), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Bieluch naturalny b/lakt 1szt (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2145.61 kcal; Energia: 8701.46 kJ; Białko ogółem: 87.40 g; białko zwierzęce: 43.65 g; białko roślinne: 29.49 g; Tłuszcz: 84.43 g; Węglowodany ogółem: 282.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.97 g; Sód: 1320.21 mg; Potas: 4164.35 mg; Wapń: 570.45 mg; Fosfor: 1245.45 mg; Błonnik pokarmowy: 33.32 g; suma cukrów prostych: 53.72 g; Woda: 1349.18 g; Popiół: 13.31 g;		

DIETETYK

mgr Milena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-01-10		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. RADIOLOGICZNA IIRTI/		
Ryż na mleku 300ml (<i>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 gotowana 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), Pasta z kurczaka i warzyw z pietruszką 50g (<i>SEL</i>), Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Krupnik z ziel. pietruszką 400ml (<i>GLU, JĘC, MLE, SEL, *</i>), Ryba z pieca w sosie koperkowym 80/100 H (<i>GLU, RYB, SEL</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchew oprószana gotowana 150g (<i>GLU, 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>), Sałatka z brokuła z jajkiem i majonezem b/pomidora 200g (<i>JAJ, GOR</i>), Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Serek homog.waniliowy 1szt (<i>MLE, *</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2105.05 kcal; Energia: 8764.15 kJ; Białko ogółem: 98.03 g; białko zwierzęce: 61.21 g; białko roślinne: 30.25 g; Tłuszcz: 76.96 g; Węglowodany ogółem: 293.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.71 g; Sód: 1626.86 mg; Potas: 4254.92 mg; Wapń: 841.70 mg; Fosfor: 1394.21 mg; Błonnik pokarmowy: 31.08 g; suma cukrów prostych: 63.40 g; Woda: 1467.67 g; Popiół: 15.02 g;		
piątek 2025-01-10		
Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD RADIOLOGICZNA VII RTII/		
Ryż na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Kawa inka z mlekiem 250ml (<i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i>), Pieczywo graham H 100g (<i>GLU, MLE, *</i>), Masło ex 20g (<i>MLE</i>), Szyńka gotowana 30g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>), Pasta z kurczaka i warzyw z pietruszką 50g (<i>SEL</i>), Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. , II Śniadanie: Sok Sady Wincenta 1szt. 200ml ,	Krupnik z ziel. pietruszką 400ml (<i>GLU, JĘC, MLE, SEL, *</i>), Ryba z pieca w sosie koperkowym 80/100 H (<i>GLU, RYB, SEL</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchew oprószana gotowana 75g (<i>GLU, MLE</i>), Jarzynka z wody gotowana 75g (<i>SEL</i>), Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Pieczywo graham H 100g (<i>GLU, MLE, *</i>), Herbata H 250ml, Masło ex 20g (<i>MLE</i>), Sałatka z brokuła z jajkiem i majonezem b/pomidora 200g (<i>JAJ, GOR</i>), Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Serek homog.naturalny 1szt (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2019.11 kcal; Energia: 8354.76 kJ; Białko ogółem: 95.88 g; białko zwierzęce: 61.15 g; białko roślinne: 28.15 g; Tłuszcz: 80.79 g; Węglowodany ogółem: 264.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.44 g; Sód: 1428.81 mg; Potas: 4489.45 mg; Wapń: 863.35 mg; Fosfor: 1430.95 mg; Błonnik pokarmowy: 32.84 g; suma cukrów prostych: 55.70 g; Woda: 1566.56 g; Popiół: 14.92 g;		

DIETETYK
mgr Milena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-01-11 Dieta: H. DIETA PODSTAWOWA II/		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, JĘC, MLE, *), Kakao 250ml (MLE), Bułka pszenna 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 20g (MLE), Twarożek z pietruszką 100g (MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Zupa krem z jarzyn z grzankami 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Kotlec pożarski smażony 80g (GLU, JAJ, OZI, ORZ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Mizeria z olejem i papryką 75g, Kalaflor z wody gotowany 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), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Papryka św. 70g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Paszтет drobiowy 50g - 1/5 szt. (GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR), Rogalik pszenny 1 szt. (GLU, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2476.89 kcal; Energia: 10037.12 kJ; Białko ogółem: 98.41 g; białko zwierzęce: 57.81 g; białko roślinne: 29.23 g; Tłuszcz: 92.94 g; Węglowodany ogółem: 332.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.79 g; Sód: 1737.63 mg; Potas: 4166.98 mg; Wapń: 942.88 mg; Fosfor: 1501.78 mg; Błonnik pokarmowy: 31.06 g; suma cukrów prostych: 84.27 g; Woda: 1412.20 g; Popiół: 26.44 g;		
sobota 2025-01-11 Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA III/		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, JĘC, MLE, *), Kakao 250ml (MLE), Bułka pszenna 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 20g (MLE), Twarożek z pietruszką 100g (MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Zupa krem z jarzyn z grzankami 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Klops w sosie pomidorowym 80/100 (GLU, JAJ, MLE, *), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Kalaflor 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), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Sałata ziel. 10g, Pomidor 70g , Posiłek nocny: Paszтет drobiowy 50g - 1/5 szt. (GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR), Rogalik pszenny 1 szt. (GLU, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2399.80 kcal; Energia: 9956.29 kJ; Białko ogółem: 99.03 g; białko zwierzęce: 62.66 g; białko roślinne: 29.57 g; Tłuszcz: 85.97 g; Węglowodany ogółem: 331.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.97 g; Sód: 1768.11 mg; Potas: 4324.92 mg; Wapń: 937.16 mg; Fosfor: 1539.32 mg; Błonnik pokarmowy: 31.11 g; suma cukrów prostych: 83.57 g; Woda: 1412.49 g; Popiół: 26.91 g;		
sobota 2025-01-11 Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁUSZCZU IIIA/		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, JĘC, MLE, *), Kakao 250ml (MLE), Bułka pszenna 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 15g (MLE), Twarożek z pietruszką 100g (MLE), Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Zupa krem z jarzyn z grzankami 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Klops w sosie pomidorowym 80/100 (GLU, JAJ, MLE, *), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Kalaflor z wody gotowany 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Paszтет sojowy 55g - 1/2 szt. (SOJ, GOR, *), Rogalik pszenny 1 szt. (GLU, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2456.30 kcal; Energia: 9514.64 kJ; Białko ogółem: 100.82 g; białko zwierzęce: 59.19 g; białko roślinne: 31.12 g; Tłuszcz: 80.14 g; Węglowodany ogółem: 318.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.57 g; Sód: 1521.91 mg; Potas: 3665.47 mg; Wapń: 897.16 mg; Fosfor: 1430.52 mg; Błonnik pokarmowy: 27.04 g; suma cukrów prostych: 84.53 g; Woda: 1180.76 g; Popiół: 24.92 g;		
sobota 2025-01-11 Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. IIIB/		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, JĘC, MLE, *), Kakao 250ml (MLE), Bułka pszenna 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 15g (MLE), Twarożek z pietruszką 100g (MLE), Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. , II Śniadanie: Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *),	Zupa krem z jarzyn z grzankami 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Klops w sosie pomidorowym 80/100 (GLU, JAJ, MLE, *), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Kalaflor z wody gotowany 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Paszтет sojowy 55g - 1/2 szt. (SOJ, GOR, *), Rogalik pszenny 1 szt. (GLU, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2619.03 kcal; Energia: 10289.12 kJ; Białko ogółem: 114.87 g; białko zwierzęce: 73.19 g; białko roślinne: 31.17 g; Tłuszcz: 84.16 g; Węglowodany ogółem: 343.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.97 g; Sód: 1610.42 mg; Potas: 3945.00 mg; Wapń: 1137.07 mg; Fosfor: 1606.30 mg; Błonnik pokarmowy: 27.07 g; suma cukrów prostych: 101.39 g; Woda: 1358.27 g; Popiół: 26.36 g;		

DIETETYK
mgr Milena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-01-11		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. RADIOLOGICZNA IIRTI/		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, JEĆ, MLE, *), Kakao 250ml (MLE), Bułka weka 100g (GLU), Masło ex 20g (MLE), Twarożek z pietruszką 100g (MLE), Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Zupa krem z jarzyn z grzankami 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Klops w sosie potrawkowym 80/100 H i G (GLU, JAJ, MLE, SEL), Ryż brązowy na sypko gotowany 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), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Paszтет drobiowy 50g - 1/5 szt. (GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR), Rogalik pszenny 1 szt. (GLU, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2494.55 kcal; Energia: 10320.99 kJ; Białko ogółem: 102.34 g; białko zwierzęce: 62.69 g; białko roślinne: 32.85 g; Tłuszcz: 86.54 g; Węglowodany ogółem: 328.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.04 g; Sód: 1921.36 mg; Potas: 3795.02 mg; Wapń: 933.01 mg; Fosfor: 1561.02 mg; Błonnik pokarmowy: 31.60 g; suma cukrów prostych: 84.10 g; Woda: 1231.64 g; Popiół: 26.06 g;		
sobota 2025-01-11		
Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD RADIOLOGICZNA VII RTII/		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, JEĆ, MLE, *), Kakao 250ml (MLE), Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Twarożek z pietruszką 100g (MLE), Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. , II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g (1szt) (MLE), Jabłko gotowane 1 szt. ,	Zupa krem z jarzyn z grzankami 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Klops w sosie potrawkowym 80/100 H i G (GLU, JAJ, MLE, SEL), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Szpinak 75g (GLU, MLE), Kalafior z wody gotowany 75g, Kompot owocowy b/c 250 ml	Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Herbata H 250ml, Masło ex 20g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Paszтет drobiowy 50g - 1/5 szt. (GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR), Rogalik pszenny 1 szt. (GLU, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2606.76 kcal; Energia: 10679.53 kJ; Białko ogółem: 107.85 g; białko zwierzęce: 66.33 g; białko roślinne: 34.72 g; Tłuszcz: 91.18 g; Węglowodany ogółem: 338.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.49 g; Sód: 1979.40 mg; Potas: 4244.95 mg; Wapń: 1124.94 mg; Fosfor: 1732.64 mg; Błonnik pokarmowy: 36.97 g; suma cukrów prostych: 85.90 g; Woda: 1459.35 g; Popiół: 28.34 g;		

DIETETYK
mgr Miłena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-01-12 Dieta: H. 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), Szyunka z indyka 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Mozzarella 1/4 (30g) (MLE), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g, Gruszka 1szt.	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Udko opiekane 130g, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z olejem gotowane 75g, Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem i kukurydzą 75g (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), Szyunka filet pieczony 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Twaróg krojony 50g (MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Galaretki drobiowa 150g (SKR, JAJ, SEL),
Wartości odżywcze: Energia: 2515.63 kcal; Energia: 9307.76 kJ; Białko ogółem: 124.55 g; białko zwierzęce: 80.48 g; białko roślinne: 26.85 g; Tłuszcz: 91.07 g; Węglowodany ogółem: 282.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.56 g; Sód: 1286.96 mg; Potas: 3958.57 mg; Wapń: 814.67 mg; Fosfor: 1518.32 mg; Błonnik pokarmowy: 23.46 g; suma cukrów prostych: 64.20 g; Woda: 1343.06 g; Popiół: 14.14 g;		
niedziela 2025-01-12 Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA 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), Szyunka z indyka 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 własnym duszone 130/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki 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), Szyunka filet pieczony 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Twaróg krojony 50g (MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Galaretki drobiowa 150g (SKR, JAJ, SEL),
Wartości odżywcze: Energia: 2601.93 kcal; Energia: 9792.31 kJ; Białko ogółem: 126.31 g; białko zwierzęce: 80.51 g; białko roślinne: 28.65 g; Tłuszcz: 96.81 g; Węglowodany ogółem: 295.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.57 g; Sód: 1267.16 mg; Potas: 4153.00 mg; Wapń: 802.52 mg; Fosfor: 1514.07 mg; Błonnik pokarmowy: 23.55 g; suma cukrów prostych: 66.29 g; Woda: 1331.04 g; Popiół: 14.46 g;		
niedziela 2025-01-12 Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁUSZCZU IIIA/		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Szyunka z indyka 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Mozzarella 1/4 (30g) (MLE), Sałata ziel. 10g, Gruszka gotowana 1 szt.	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Udko w sosie własnym duszone 130/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Twaróg krojony 50g (MLE), Szyunka filet pieczony 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Galaretki drobiowa 150g (SKR, JAJ, SEL),
Wartości odżywcze: Energia: 2723.43 kcal; Energia: 10300.91 kJ; Białko ogółem: 130.16 g; białko zwierzęce: 79.76 g; białko roślinne: 33.25 g; Tłuszcz: 95.01 g; Węglowodany ogółem: 297.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.65 g; Sód: 1402.46 mg; Potas: 3536.80 mg; Wapń: 785.02 mg; Fosfor: 1432.77 mg; Błonnik pokarmowy: 18.13 g; suma cukrów prostych: 68.67 g; Woda: 1134.96 g; Popiół: 13.45 g;		
niedziela 2025-01-12 Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. IIIB/		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Szyunka z indyka 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Mozzarella 1/4 (30g) (MLE), Sałata ziel. 10g, Gruszka gotowana 1 szt., II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml (*),	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Udko w sosie własnym duszone 130/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Twaróg krojony 50g (MLE), Szyunka filet pieczony 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Galaretki drobiowa 150g (SKR, JAJ, SEL),
Wartości odżywcze: Energia: 2747.93 kcal; Energia: 10403.91 kJ; Białko ogółem: 132.66 g; białko zwierzęce: 79.76 g; białko roślinne: 33.33 g; Tłuszcz: 95.03 g; Węglowodany ogółem: 304.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.65 g; Sód: 1402.71 mg; Potas: 3556.05 mg; Wapń: 788.02 mg; Fosfor: 1436.52 mg; Błonnik pokarmowy: 18.63 g; suma cukrów prostych: 73.10 g; Woda: 1153.39 g; Popiół: 13.50 g;		

DIETETYK

mgr Milena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-01-12 Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. MII		
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), Szynka z indyka 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Mozzarella 1/4 (30g) (MLE), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g, Gruszka 1szt.	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Udko w sosie własnym duszone 130/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem i kukurydzą 75g (MLE, *), Buraczki z olejem gotowane 75g, Kompot owocowy b/c 250 ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Szynka filet pieczony 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Twaróg krojony 50g (MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Galaretką drobiowa 150g (SKR, JAJ, SEL),
Wartości odżywcze: Energia: 2695.83 kcal; Energia: 9197.80 kJ; Białko ogółem: 132.09 g; białko zwierzęce: 84.06 g; białko roślinne: 26.33 g; Tłuszcz: 95.38 g; Węglowodany ogółem: 285.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.89 g; Sód: 1121.70 mg; Potas: 4152.50 mg; Wapń: 949.72 mg; Fosfor: 1795.58 mg; Błonnik pokarmowy: 24.35 g; suma cukrów prostych: 59.99 g; Woda: 1421.44 g; Popiół: 14.53 g;		
niedziela 2025-01-12 Dieta: H. DIETA PŁYNNA/MIKSOWANA IIIII		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500 ml (GLU, JAJ, MLE), II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml (*),	Rosół mixowany 1000ml (GLU, SEL, *), Mięso mielone 80g, Ziemniaki gotowane 200g, Buraczki z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL), Posiłek nocny: Suchary z mlekiem 150ml (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 1809.26 kcal; Energia: 7045.96 kJ; Białko ogółem: 74.94 g; białko zwierzęce: 42.14 g; białko roślinne: 21.53 g; Tłuszcz: 70.36 g; Węglowodany ogółem: 237.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.89 g; Sód: 981.65 mg; Potas: 4060.20 mg; Wapń: 954.41 mg; Fosfor: 1517.32 mg; Błonnik pokarmowy: 18.45 g; suma cukrów prostych: 58.58 g; Woda: 965.06 g; Popiół: 13.43 g;		
niedziela 2025-01-12 Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA II GIN		
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), Szynka z indyka 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Mozzarella 1/4 (30g) (MLE), Sałata ziel. 10g, Gruszka gotowana 1 szt,	Kompot owocowy 250ml, Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Udko w sosie własnym duszone 130/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z olejem gotowane 150g,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Szynka filet pieczony 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Twaróg krojony b/lakt 50g (MLE), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Galaretką drobiowa 150g (SKR, JAJ, SEL),
Wartości odżywcze: Energia: 2436.43 kcal; Energia: 8984.01 kJ; Białko ogółem: 113.31 g; białko zwierzęce: 59.51 g; białko roślinne: 28.65 g; Tłuszcz: 91.46 g; Węglowodany ogółem: 251.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.68 g; Sód: 1118.41 mg; Potas: 3156.80 mg; Wapń: 441.62 mg; Fosfor: 1143.97 mg; Błonnik pokarmowy: 21.03 g; suma cukrów prostych: 52.48 g; Woda: 875.91 g; Popiół: 11.26 g;		
niedziela 2025-01-12 Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW VII GIN		
Kasza kukurydziana na mleku b/lakt 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Szynka z indyka 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Mozzarella 1/4 (30g) (MLE), Sałata ziel. 10g, Gruszka gotowana 1 szt,	Kompot owocowy 250ml, Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Udko w sosie własnym duszone 130/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Kalafior z wody gotowany 75g, Buraczki z olejem gotowane 75g,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Szynka filet pieczony 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Twaróg krojony b/lakt 50g (MLE), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Galaretką drobiowa 150g (SKR, JAJ, SEL),
Wartości odżywcze: Energia: 2515.18 kcal; Energia: 8377.71 kJ; Białko ogółem: 117.97 g; białko zwierzęce: 61.61 g; białko roślinne: 26.41 g; Tłuszcz: 89.89 g; Węglowodany ogółem: 253.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.05 g; Sód: 883.79 mg; Potas: 3058.20 mg; Wapń: 420.67 mg; Fosfor: 1309.37 mg; Błonnik pokarmowy: 21.34 g; suma cukrów prostych: 46.69 g; Woda: 871.28 g; Popiół: 10.65 g;		

D I E T E T Y K
mgr Miłena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-01-12		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. RADIOLOGICZNA IIRTIII		
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), Szynka z indyka 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Mozzarella 1/4 (30g) (MLE), Sałata ziel. 10g, Gruszka gotowana 1 szt,	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Udko w sosie własnym duszone 130/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki 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), Szynka filet pieczony 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Twaróg krojony 50g (MLE), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Galaretki drobiowa 150g (SKR, JAJ, SEL),
Wartości odżywcze: Energia: 2570.43 kcal; Energia: 9660.01 kJ; Białko ogółem: 126.31 g; białko zwierzęce: 80.51 g; białko roślinne: 28.65 g; Tłuszcz: 96.81 g; Węglowodany ogółem: 264.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.57 g; Sód: 1250.36 mg; Potas: 3560.80 mg; Wapń: 783.62 mg; Fosfor: 1469.97 mg; Błonnik pokarmowy: 21.03 g; suma cukrów prostych: 66.08 g; Woda: 1131.96 g; Popiół: 13.41 g;		
niedziela 2025-01-12		
Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD RADIOLOGICZNA VII RTIII		
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), Szynka z indyka 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Mozzarella 1/4 (30g) (MLE), Sałata ziel. 10g, Gruszka gotowana 1 szt, II Śniadanie: Jogurt naturalny z musli 200g (GLU, OZI, JĘC, OWI, MLE, ORZ, *),	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Udko w sosie własnym duszone 130/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Kalafior z wody gotowany 75g, Buraczki z olejem gotowane 75g, Kompot owocowy b/c 250 ml,	Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Herbata H 250ml, Masło ex 20g (MLE), Szynka filet pieczony 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Twaróg krojony 50g (MLE), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Galaretki drobiowa 150g (SKR, JAJ, SEL),
Wartości odżywcze: Energia: 2636.18 kcal; Energia: 9000.01 kJ; Białko ogółem: 132.27 g; białko zwierzęce: 84.06 g; białko roślinne: 26.51 g; Tłuszcz: 95.19 g; Węglowodany ogółem: 261.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.77 g; Sód: 1062.56 mg; Potas: 3641.00 mg; Wapń: 896.57 mg; Fosfor: 1732.37 mg; Błonnik pokarmowy: 21.64 g; suma cukrów prostych: 57.71 g; Woda: 1213.01 g; Popiół: 13.70 g;		

DIETETYK
mgr Milena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-01-13		
Dieta: H. DIETA PODSTAWOWA II		
Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, OWI, 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 jajeczna z majonezem i pietruszką 100g (JAJ, GOR), Papryka św. 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Szpinakowa 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Pierogi z mięsem 300g, Surówka z czerwonej kapusty i jabłka 75g, Jarzynka 8-składnikowa gotowane 75g (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), Ser żółty 50g (MLE), Szynka delikatesowa 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2181.13 kcal; Energia: 9404.69 kJ; Białko ogółem: 91.19 g; białko zwierzęce: 66.13 g; białko roślinne: 26.67 g; Tłuszcz: 81.10 g; Węglowodany ogółem: 263.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.33 g; Sód: 2206.78 mg; Potas: 3552.78 mg; Wapń: 1311.96 mg; Fosfor: 1732.97 mg; Błonnik pokarmowy: 26.27 g; suma cukrów prostych: 62.89 g; Woda: 1385.47 g; Popiół: 58.67 g;		
poniedziałek 2025-01-13		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA III		
Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, OWI, 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 jajeczna z majonezem i pietruszką 100g (JAJ, GOR), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Szpinakowa 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Pierogi z mięsem 300g, 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), Ser żółty 50g (MLE), Szynka delikatesowa 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2123.83 kcal; Energia: 9386.62 kJ; Białko ogółem: 88.63 g; białko zwierzęce: 66.13 g; białko roślinne: 24.19 g; Tłuszcz: 77.90 g; Węglowodany ogółem: 280.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.10 g; Sód: 2243.74 mg; Potas: 3731.66 mg; Wapń: 1316.85 mg; Fosfor: 1732.67 mg; Błonnik pokarmowy: 26.54 g; suma cukrów prostych: 64.38 g; Woda: 1298.96 g; Popiół: 99.23 g;		
poniedziałek 2025-01-13		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁUSZCZU IIIA		
Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, OWI, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Pasta z białka jaja z majonezem i pietruszką 100g (JAJ, GOR), Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Szpinakowa 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Pierogi z mięsem 300g, Jarzynka 8-składnikowa gotowane 150g (GLU, MLE, SEL, *), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Pasta z sera i wędliny 100g (SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2117.32 kcal; Energia: 9301.59 kJ; Białko ogółem: 91.66 g; białko zwierzęce: 60.26 g; białko roślinne: 28.43 g; Tłuszcz: 67.28 g; Węglowodany ogółem: 285.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.27 g; Sód: 1558.52 mg; Potas: 3014.01 mg; Wapń: 961.27 mg; Fosfor: 1527.79 mg; Błonnik pokarmowy: 20.97 g; suma cukrów prostych: 69.27 g; Woda: 1134.01 g; Popiół: 95.47 g;		
poniedziałek 2025-01-13		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. IIIB		
Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, OWI, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Pasta z białka jaja z majonezem i pietruszką 100g (JAJ, GOR), Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. , II Śniadanie: Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *),	Szpinakowa 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Pierogi z mięsem 300g, Jarzynka 8-składnikowa gotowane 150g (GLU, MLE, SEL, *), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Pasta z sera i wędliny 100g (SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2280.05 kcal; Energia: 10076.07 kJ; Białko ogółem: 105.71 g; białko zwierzęce: 74.26 g; białko roślinne: 28.48 g; Tłuszcz: 71.30 g; Węglowodany ogółem: 310.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.67 g; Sód: 1647.03 mg; Potas: 3293.54 mg; Wapń: 1201.18 mg; Fosfor: 1703.57 mg; Błonnik pokarmowy: 21.00 g; suma cukrów prostych: 86.13 g; Woda: 1311.53 g; Popiół: 96.90 g;		

DIETETYK
mgr Miłena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Sniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-01-13 Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/		
Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, OWI, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, 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: Hummus 1 szt. (SEL, GOR, *), Pieczywo graham K 50g (GLU, MLE, *),	Szpinakowa 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Pierogi z mięsem 300g, Surówka z czerwonej kapusty i jabłka 75g, Jarzynka 8-składnikowa gotowane 75g (GLU, MLE, SEL, *), Kompot owocowy b/c 250 ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Szynka delikatesowa 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek wiejski 150g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2398.68 kcal; Energia: 9154.52 kJ; Białko ogółem: 104.07 g; białko zwierzęce: 67.08 g; białko roślinne: 24.87 g; Tłuszcz: 93.98 g; Węglowodany ogółem: 250.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.92 g; Sód: 2207.24 mg; Potas: 3592.06 mg; Wapń: 1314.85 mg; Fosfor: 1778.47 mg; Błonnik pokarmowy: 32.88 g; suma cukrów prostych: 51.56 g; Woda: 1387.60 g; Popiół: 58.82 g;		
poniedziałek 2025-01-13 Dieta: H. DIETA PŁYNNA/MIKSOWANA /III/		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500 ml (GLU, JAJ, MLE), II Śniadanie: Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *),	Szpinakowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml (GLU, JAJ, SEL), Mięso mielone 80g, Ziemniaki gotowane 200g, Jarzynka 8-składnikowa gotowane 150g (GLU, MLE, SEL, *), Kompot owocowy 250ml,	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL), Posiłek nocny: Serek wiejski miksowany 150g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 1860.53 kcal; Energia: 7505.24 kJ; Białko ogółem: 82.12 g; białko zwierzęce: 53.04 g; białko roślinne: 20.24 g; Tłuszcz: 66.12 g; Węglowodany ogółem: 251.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.02 g; Sód: 1005.48 mg; Potas: 4831.43 mg; Wapń: 1153.14 mg; Fosfor: 1835.13 mg; Błonnik pokarmowy: 22.13 g; suma cukrów prostych: 60.80 g; Woda: 1087.21 g; Popiół: 97.57 g;		
poniedziałek 2025-01-13 Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA II GIN		
Pł. owsiane na mleku b/lakt 300ml (GLU, OWI, 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 i pietruszką 100g (JAJ, GOR), Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt.,	Kompot owocowy 250ml, Szpinakowa 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Pierogi z mięsem 300g, Jarzynka 8-składnikowa gotowane 150g (GLU, MLE, SEL, *),	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Szynka delikatesowa 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek wiejski b/lakt 150g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2117.43 kcal; Energia: 9242.62 kJ; Białko ogółem: 87.67 g; białko zwierzęce: 48.63 g; białko roślinne: 24.23 g; Tłuszcz: 80.44 g; Węglowodany ogółem: 241.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.10 g; Sód: 2118.19 mg; Potas: 2805.36 mg; Wapń: 1003.35 mg; Fosfor: 1476.97 mg; Błonnik pokarmowy: 24.22 g; suma cukrów prostych: 52.48 g; Woda: 888.56 g; Popiół: 96.46 g;		
poniedziałek 2025-01-13 Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW VII GIN		
Pł. owsiane na mleku b/lakt 300ml (GLU, OWI, MLE), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta jajeczna z majonezem i pietruszką 100g (JAJ, GOR), Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt., II Śniadanie: Hummus 1 szt. (SEL, GOR, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *),	Kompot owocowy 250ml, Szpinakowa 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Pierogi z mięsem 300g, Jarzynka 8-składnikowa gotowane 75g (GLU, MLE, SEL, *), Sałata ziel. z olejem i sosem winegret (GLU, OZI, GOR, *),	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Szynka delikatesowa 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek wiejski b/lakt 150g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2298.50 kcal; Energia: 8812.31 kJ; Białko ogółem: 99.29 g; białko zwierzęce: 48.61 g; białko roślinne: 22.07 g; Tłuszcz: 95.27 g; Węglowodany ogółem: 220.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.05 g; Sód: 1976.75 mg; Potas: 2630.10 mg; Wapń: 959.66 mg; Fosfor: 1488.47 mg; Błonnik pokarmowy: 28.45 g; suma cukrów prostych: 48.51 g; Woda: 912.94 g; Popiół: 55.24 g;		


DIETETYK
 mgr Milena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-01-13		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. RADIOLOGICZNA IIRTIII		
Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, OWI, 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 jajeczna z majonezem i pietruszką 100g (JAJ, GOR), Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Szpinakowa 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Pierogi z mięsem 300g, 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), Ser żółty 50g (MLE), Szynka delikatesowa 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek wiejski 150g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2096.93 kcal; Energia: 9273.62 kJ; Białko ogółem: 88.67 g; białko zwierzęce: 66.13 g; białko roślinne: 24.23 g; Tłuszcz: 77.94 g; Węglowodany ogółem: 250.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.10 g; Sód: 2227.14 mg; Potas: 3152.86 mg; Wapń: 1298.35 mg; Fosfor: 1689.47 mg; Błonnik pokarmowy: 24.22 g; suma cukrów prostych: 64.48 g; Woda: 1108.56 g; Popiół: 98.21 g;		
poniedziałek 2025-01-13		
Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD RADIOLOGICZNA VII RTIII		
Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, OWI, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta jajeczna z majonezem i pietruszką 100g (JAJ, GOR), Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. , II Śniadanie: Hummus 1 szt. (SEL, GOR, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *),	Szpinakowa 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Pierogi z mięsem 300g, Jarzynka 8-składnikowa gotowane 75g (GLU, MLE, SEL, *), Sałata ziel. z olejem i sosem winegret (GLU, OZI, GOR, *), Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Herbata H 250ml, Masło ex 20g (MLE), Szynka delikatesowa 50g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Ser żółty 50g (MLE), Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2237.50 kcal; Energia: 8673.61 kJ; Białko ogółem: 100.29 g; białko zwierzęce: 66.11 g; białko roślinne: 22.07 g; Tłuszcz: 92.77 g; Węglowodany ogółem: 219.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.05 g; Sód: 2085.60 mg; Potas: 2977.40 mg; Wapń: 1254.56 mg; Fosfor: 1700.97 mg; Błonnik pokarmowy: 28.45 g; suma cukrów prostych: 50.53 g; Woda: 1132.92 g; Popiół: 56.99 g;		

DIETETYK
mgr Miłcha Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Sniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-01-14 Dieta: H. DIETA PODSTAWOWA 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), Twaróg krojony 50g (MLE), Dżem 50g (GLU, *), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Filet drob. po parysku 100g (GLU, JAJ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g (GLU, JĘC), Fasolka szparagowa 75g (ŁUB), Buraczki z papryką i ciecierzycą 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 Premium 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g (JAJ, SEL, GOR), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Ryż z jabłkiem z jogurtem 150g (GLU, MLE, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia: 2670.31 kcal; Energia: 11263.06 kJ; Białko ogółem: 99.22 g; białko zwierzęce: 54.68 g; białko roślinne: 38.97 g; Tłuszcz: 77.60 g; Węglowodany ogółem: 435.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.75 g; Sód: 1198.62 mg; Potas: 4399.20 mg; Wapń: 892.59 mg; Fosfor: 1677.87 mg; Błonnik pokarmowy: 31.52 g; suma cukrów prostych: 117.48 g; Woda: 1461.63 g; Popiół: 15.63 g;		
wtorek 2025-01-14 Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA IIII		
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), Twaróg krojony 50g (MLE), Dżem 50g (GLU, *), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Filet drob. w sosie pietruszkowym 80/100 (GLU, MLE, SEL), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g (GLU, JĘC), Fasolka szparagowa 150g (ŁUB), 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 Premium 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g (JAJ, SEL, GOR), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Ryż z jabłkiem z jogurtem 150g (GLU, MLE, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia: 2636.36 kcal; Energia: 10960.85 kJ; Białko ogółem: 96.72 g; białko zwierzęce: 51.86 g; białko roślinne: 39.35 g; Tłuszcz: 73.35 g; Węglowodany ogółem: 438.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.21 g; Sód: 1108.61 mg; Potas: 4513.18 mg; Wapń: 884.59 mg; Fosfor: 1619.98 mg; Błonnik pokarmowy: 33.83 g; suma cukrów prostych: 113.10 g; Woda: 1435.77 g; Popiół: 15.17 g;		
wtorek 2025-01-14 Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁUSZCZU IIIAI		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Twaróg krojony 50g (MLE), Dżem 50g (GLU, *), Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Filet drob. w sosie pietruszkowym 80/100 (GLU, MLE, SEL), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g (GLU, JĘC), Fasolka szparagowa 150g (ŁUB), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Polędwica Premium 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g (JAJ, SEL, GOR), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Ryż z jabłkiem z jogurtem 150g (GLU, MLE, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia: 2757.86 kcal; Energia: 11469.45 kJ; Białko ogółem: 100.57 g; białko zwierzęce: 51.11 g; białko roślinne: 43.95 g; Tłuszcz: 71.55 g; Węglowodany ogółem: 440.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.29 g; Sód: 1243.91 mg; Potas: 3896.98 mg; Wapń: 867.09 mg; Fosfor: 1538.68 mg; Błonnik pokarmowy: 28.41 g; suma cukrów prostych: 115.48 g; Woda: 1239.69 g; Popiół: 14.16 g;		
wtorek 2025-01-14 Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. IIIBI		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Twaróg krojony 50g (MLE), Dżem 50g (GLU, *), Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. , II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml (*),	Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Filet drob. w sosie pietruszkowym 80/100 (GLU, MLE, SEL), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g (GLU, JĘC), Fasolka szparagowa 150g (ŁUB), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Polędwica Premium 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g (JAJ, SEL, GOR), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Ryż z jabłkiem z jogurtem 150g (GLU, MLE, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia: 2782.36 kcal; Energia: 11572.45 kJ; Białko ogółem: 103.07 g; białko zwierzęce: 51.11 g; białko roślinne: 44.03 g; Tłuszcz: 71.58 g; Węglowodany ogółem: 447.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.29 g; Sód: 1244.16 mg; Potas: 3916.23 mg; Wapń: 870.09 mg; Fosfor: 1542.43 mg; Błonnik pokarmowy: 28.91 g; suma cukrów prostych: 119.90 g; Woda: 1258.11 g; Popiół: 14.21 g;		

DIETETYK

mgr Miłena Kamińska 1 z 3

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-01-14 Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VIII/		
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), Twaróg krojony 50g (MLE), Szynka z kotła 50g (SOJ, MLE, GOR, S02), Ogórek św. 70g, Salata ziel. 10g, Banan 1 szt., II Śniadanie: Sok Sady Wincenta 1szt. 200ml,	Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Filet drob. w sosie pietruszkowym 80/100 (GLU, MLE, SEL), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g (GLU, JĘC), Fasolka szparagowa 75g (ŁUB), Buraczki z papryką i ciecierzycą 75g, Kompot owocowy b/c 250 ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Połędwica Premium 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g (JAJ, SEL, GOR), Pomidor 70g, Salata ziel. 10g, Posiłek nocny: Ryż z jabłkiem z jogurtem 150g (GLU, MLE, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia: 2447.25 kcal; Energia: 10168.38 kJ; Białko ogółem: 102.44 g; białko zwierzęce: 60.74 g; białko roślinne: 36.78 g; Tłuszcz: 76.19 g; Węglowodany ogółem: 366.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.25 g; Sód: 1456.59 mg; Potas: 4639.49 mg; Wapń: 873.65 mg; Fosfor: 1711.07 mg; Błonnik pokarmowy: 31.32 g; suma cukrów prostych: 78.56 g; Woda: 1525.59 g; Popiół: 15.14 g;		
wtorek 2025-01-14 Dieta: H. DIETA PŁYNNA/MIKSOWANA /IIII/		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500 ml (GLU, JAJ, MLE), II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml (*),	Żurek miksowany z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Mięso mielone 80g, Ziemniaki gotowane 200g, Fasolka szparagowa 150g (ŁUB), Kompot owocowy 250ml,	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL), Posiłek nocny: Suchary z herbatą 150ml,
Wartości odżywcze: Energia: 1673.62 kcal; Energia: 6652.12 kJ; Białko ogółem: 72.76 g; białko zwierzęce: 40.08 g; białko roślinne: 21.42 g; Tłuszcz: 60.01 g; Węglowodany ogółem: 225.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.07 g; Sód: 1008.28 mg; Potas: 4358.38 mg; Wapń: 870.75 mg; Fosfor: 1661.50 mg; Błonnik pokarmowy: 21.92 g; suma cukrów prostych: 45.01 g; Woda: 1026.92 g; Popiół: 14.11 g;		
wtorek 2025-01-14 Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA II GIN		
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), Twaróg krojony b/lakt 50g (MLE), Dżem brzoskwinowy 50g (GLU, *), Salata ziel. 10g, Banan 1 szt.,	Kompot owocowy 250ml, Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Filet drob. w sosie pietruszkowym 80/100 (GLU, MLE, SEL), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g (GLU, JĘC), Fasolka szparagowa 150g (ŁUB),	Herbata H 250ml, 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), Połędwica Premium 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL), Salata ziel. 10g, Posiłek nocny: Ryż z jabłkiem z jogurtem b/lakt 150g (GLU, MLE, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia: 2470.86 kcal; Energia: 10152.55 kJ; Białko ogółem: 83.72 g; białko zwierzęce: 30.86 g; białko roślinne: 39.35 g; Tłuszcz: 68.00 g; Węglowodany ogółem: 394.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.32 g; Sód: 959.86 mg; Potas: 3516.98 mg; Wapń: 523.69 mg; Fosfor: 1249.88 mg; Błonnik pokarmowy: 31.31 g; suma cukrów prostych: 99.29 g; Woda: 980.64 g; Popiół: 11.97 g;		
wtorek 2025-01-14 Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW VII GIN		
Makaron na mleku b/lakt 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Twaróg krojony b/lakt 50g (MLE), Szynka z kotła 50g (SOJ, MLE, GOR, S02), Salata ziel. 10g, Banan 1 szt., II Śniadanie: Sok Sady Wincenta 1szt. 200ml,	Kompot owocowy 250ml, Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g (GLU, JĘC), Filet drob. w sosie pietruszkowym 80/100 (GLU, MLE, SEL), Fasolka szparagowa 75g (ŁUB), Jarzynka z wody gotowana 75g (SEL),	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g (JAJ, SEL, GOR), Połędwica Premium 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL), Salata ziel. 10g, Posiłek nocny: Ryż z jabłkiem z jogurtem b/lakt 150g (GLU, MLE, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia: 2370.70 kcal; Energia: 9644.83 kJ; Białko ogółem: 89.01 g; białko zwierzęce: 39.74 g; białko roślinne: 36.34 g; Tłuszcz: 73.85 g; Węglowodany ogółem: 347.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.24 g; Sód: 1342.84 mg; Potas: 3924.14 mg; Wapń: 524.05 mg; Fosfor: 1376.87 mg; Błonnik pokarmowy: 32.43 g; suma cukrów prostych: 73.23 g; Woda: 1093.79 g; Popiół: 12.00 g;		

DIETETYK

mgr Milena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-01-14		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. RADIOLOGICZNA IIRTIII		
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), Twaróg krojony 50g (MLE), Dżem brzoskwinowy 50g (GLU, *), Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Filet drob. w sosie pietruszkowym 80/100 (GLU, MLE, SEL), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g (GLU, JĘC), Fasolka szparagowa 150g (ŁUB), 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), Połędwica Premium 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g (JAJ, SEL, GOR), Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Ryż z jabłkiem z jogurtem 150g (GLU, MLE, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia: 2589.45 kcal; Energia: 10787.71 kJ; Białko ogółem: 96.21 g; białko zwierzęce: 51.98 g; białko roślinne: 38.73 g; Tłuszcz: 73.77 g; Węglowodany ogółem: 402.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.51 g; Sód: 1090.30 mg; Potas: 3907.16 mg; Wapń: 868.77 mg; Fosfor: 1573.84 mg; Błonnik pokarmowy: 31.10 g; suma cukrów prostych: 112.95 g; Woda: 1231.69 g; Popiół: 14.05 g;		
wtorek 2025-01-14		
Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD RADIOLOGICZNA VII RTIII		
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), Twaróg krojony 50g (MLE), Szynka z kotła 50g (SOJ, MLE, GOR, SO2), Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. , II Śniadanie: Sok Sady Wincenta 1szt. 200ml ,	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Filet drob. w sosie pietruszkowym 80/100 (GLU, MLE, SEL), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g (GLU, JĘC), Fasolka szparagowa 75g (ŁUB), Jarzynka z wody gotowana 75g (SEL), Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Herbata H 250ml , Masło ex 20g (MLE), Połędwica Premium 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL), Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g (JAJ, SEL, GOR), Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Ryż z jabłkiem z jogurtem 150g (GLU, MLE, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia: 2448.79 kcal; Energia: 10110.29 kJ; Białko ogółem: 101.50 g; białko zwierzęce: 60.85 g; białko roślinne: 35.72 g; Tłuszcz: 79.61 g; Węglowodany ogółem: 345.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.43 g; Sód: 1473.18 mg; Potas: 4314.12 mg; Wapń: 869.03 mg; Fosfor: 1700.83 mg; Błonnik pokarmowy: 32.23 g; suma cukrów prostych: 76.92 g; Woda: 1344.82 g; Popiół: 14.08 g;		

DIETETYK

mgr Milena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Sniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-01-15		
Dieta: H. DIETA PODSTAWOWA III		
Pł. jęczmień na mleku 300ml (GLU, JĘC, MLE, *), Kakao 250ml (MLE), Bułka pszenna 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 20g (MLE), Polędwica sopocka 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Ser topiony plastry 2 szt. (MLE), Papryka św. 70g, Sałata ziel. 10g, Brzoskwinia z puszki 150g,	Grycikowa z ziel. pietruszką 400 ml (GLU, SEL, *), Łazanki z b.kap.i wędł. 300g (GLU, JAJ, MLE), Marchew oprószana gotowana 75g (GLU, MLE), Surówka meksykańska b/o 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 ryбно twarogowa z pietruszką 100g (GLU, SKR, RYB, JĘC, OWI, MLE, *), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek kanapkowy 50g (MLE), Rogalik pszenny 1 szt. (GLU, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2384.87 kcal; Energia: 9892.74 kJ; Białko ogółem: 98.53 g; białko zwierzęce: 74.14 g; białko roślinne: 31.48 g; Tłuszcz: 105.62 g; Węglowodany ogółem: 299.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.50 g; Sód: 2153.76 mg; Potas: 3609.97 mg; Wapń: 1199.67 mg; Fosfor: 1716.62 mg; Błonnik pokarmowy: 27.14 g; suma cukrów prostych: 74.14 g; Woda: 1412.25 g; Popiół: 14.97 g;		
środa 2025-01-15		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA IIII		
Pł. jęczmień na mleku 300ml (GLU, JĘC, MLE, *), Kakao 250ml (MLE), Bułka pszenna 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 20g (MLE), Polędwica sopocka 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Ser topiony plastry 2 szt. (MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Brzoskwinia z puszki 150g,	Grycikowa z ziel. pietruszką 400 ml (GLU, SEL, *), Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300g (GLU, JAJ, 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), Pasta ryбно twarogowa z pietruszką 100g (GLU, SKR, RYB, JĘC, OWI, MLE, *), Sałata ziel. 10g, Pomidor 70g, Posiłek nocny: Serek kanapkowy 50g (MLE), Rogalik pszenny 1 szt. (GLU, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2175.41 kcal; Energia: 8601.26 kJ; Białko ogółem: 101.50 g; białko zwierzęce: 66.62 g; białko roślinne: 26.15 g; Tłuszcz: 92.01 g; Węglowodany ogółem: 281.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.09 g; Sód: 1734.07 mg; Potas: 3345.87 mg; Wapń: 1117.76 mg; Fosfor: 1560.68 mg; Błonnik pokarmowy: 24.27 g; suma cukrów prostych: 73.11 g; Woda: 1284.28 g; Popiół: 13.65 g;		
środa 2025-01-15		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁUSZCZU IIIAI		
Pł. jęczmień na mleku 300ml (GLU, JĘC, MLE, *), Kakao 250ml (MLE), Bułka pszenna 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 15g (MLE), Polędwica sopocka 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta brokułowa z majonezem 50g (JAJ, GOR), Sałata ziel. 10g, Brzoskwinia z puszki 150g,	Grycikowa z ziel. pietruszką 400 ml (GLU, SEL, *), Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300g (GLU, JAJ, MLE), Marchew oprószana gotowana 150g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Pasta ryбно twarogowa z pietruszką 100g (GLU, SKR, RYB, JĘC, OWI, MLE, *), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek kanapkowy 50g (MLE), Rogalik pszenny 1 szt. (GLU, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2133.84 kcal; Energia: 8427.26 kJ; Białko ogółem: 99.97 g; białko zwierzęce: 61.34 g; białko roślinne: 29.90 g; Tłuszcz: 80.88 g; Węglowodany ogółem: 269.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.26 g; Sód: 1538.92 mg; Potas: 2897.54 mg; Wapń: 1001.71 mg; Fosfor: 1337.02 mg; Błonnik pokarmowy: 21.54 g; suma cukrów prostych: 74.13 g; Woda: 1115.94 g; Popiół: 12.02 g;		
środa 2025-01-15		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. IIIBI		
Pł. jęczmień na mleku 300ml (GLU, JĘC, MLE, *), Kakao 250ml (MLE), Bułka pszenna 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 15g (MLE), Polędwica sopocka 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta brokułowa z majonezem 50g (JAJ, GOR), Sałata ziel. 10g, Brzoskwinia z puszki 150g, II Śniadanie: Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *),	Grycikowa z ziel. pietruszką 400 ml (GLU, SEL, *), Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300g (GLU, JAJ, MLE), Marchew oprószana gotowana 150g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Pasta ryбно twarogowa z pietruszką 100g (GLU, SKR, RYB, JĘC, OWI, MLE, *), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek kanapkowy 50g (MLE), Rogalik pszenny 1 szt. (GLU, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2296.57 kcal; Energia: 9201.74 kJ; Białko ogółem: 114.02 g; białko zwierzęce: 75.34 g; białko roślinne: 29.95 g; Tłuszcz: 84.90 g; Węglowodany ogółem: 294.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.66 g; Sód: 1627.43 mg; Potas: 3177.07 mg; Wapń: 1241.62 mg; Fosfor: 1512.80 mg; Błonnik pokarmowy: 21.57 g; suma cukrów prostych: 90.99 g; Woda: 1293.45 g; Popiół: 13.46 g;		

D I E T E T Y K

mgr **Milena Kamińska** 1 z 3

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-01-15 Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VIII		
Pl. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, JĘC, MLE, *), Kakao 250ml (MLE), Bułka grahamka 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 20g (MLE), Polędwica sopocka 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Ser topiony plastry 2 szt. (MLE), Papryka św. 70g, Sałata ziel. 10g, Brzoskwinia z puszki 150g, II Śniadanie: Jogurt naturalny z musli 200g (GLU, OZI, JĘC, OWI, MLE, ORZ, *),	Grycikowa z ziel. pietruszką 400 ml (GLU, SEL, *), Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300g (GLU, JAJ, MLE), Marchew oprószana gotowana 75g (GLU, MLE), Surówka meksykańska b/o 75g (*), Kompot owocowy b/c 250 ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta ryбно twarogowa z pietruszką 100g (GLU, SKR, RYB, JĘC, OWI, MLE, *), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek kanapkowy 50g (MLE), Rogalik pszenny 1 szt. (GLU, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2384.17 kcal; Energia: 8564.62 kJ; Białko ogółem: 110.96 g; białko zwierzęce: 70.18 g; białko roślinne: 27.49 g; Tłuszcz: 96.25 g; Węglowodany ogółem: 280.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.66 g; Sód: 1663.97 mg; Potas: 3397.05 mg; Wapń: 1273.56 mg; Fosfor: 1842.67 mg; Błonnik pokarmowy: 24.63 g; suma cukrów prostych: 69.36 g; Woda: 1384.60 g; Popiół: 14.72 g;		
środa 2025-01-15 Dieta: H. DIETA PLYNNA/MIKSOWANA /III/		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500 ml (GLU, JAJ, MLE), II Śniadanie: Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *),	Grycikowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Mięso mielone 80g, Ziemniaki gotowane 200g, Marchew oprószana gotowana 150g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250ml,	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL), Posiłek nocny: Biskopki z herbatą 150ml/40g (GLU, JAJ, MLE, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2028.12 kcal; Energia: 8126.33 kJ; Białko ogółem: 83.04 g; białko zwierzęce: 54.31 g; białko roślinne: 19.90 g; Tłuszcz: 82.18 g; Węglowodany ogółem: 256.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.43 g; Sód: 1071.24 mg; Potas: 4138.85 mg; Wapń: 1063.57 mg; Fosfor: 1773.33 mg; Błonnik pokarmowy: 19.36 g; suma cukrów prostych: 65.72 g; Woda: 1068.05 g; Popiół: 13.66 g;		
środa 2025-01-15 Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA II GIN		
Pl. jęczmienne na mleku b/lakt 300ml (GLU, JĘC, MLE, *), Kakao na mleku b/lakt 250ml (MLE), Bułka pszenna 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 20g (MLE), Polędwica sopocka 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Ser topiony plastry b/lakt 2 szt. (MLE), Sałata ziel. 10g, Brzoskwinia z puszki 150g,	Kompot owocowy 250ml, Grycikowa z ziel. pietruszką 400 ml (GLU, SEL, *), Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300g (GLU, JAJ, MLE), Marchew oprószana gotowana 150g (GLU, MLE),	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta ryбно twarogowa z pietruszką b/lak 100g (GLU, SKR, RYB, JĘC, OWI, MLE, *), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek kanapkowy b/lakt 50g (MLE), Rogalik pszenny 1 szt. (GLU, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2208.80 kcal; Energia: 8708.67 kJ; Białko ogółem: 106.32 g; białko zwierzęce: 55.16 g; białko roślinne: 26.28 g; Tłuszcz: 99.26 g; Węglowodany ogółem: 249.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.02 g; Sód: 1397.85 mg; Potas: 2634.99 mg; Wapń: 990.04 mg; Fosfor: 1172.36 mg; Błonnik pokarmowy: 21.87 g; suma cukrów prostych: 68.57 g; Woda: 989.54 g; Popiół: 10.82 g;		
środa 2025-01-15 Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW VII GIN		
Pl. jęczmienne na mleku b/lakt 300ml (GLU, JĘC, MLE, *), Kakao na mleku b/lakt 250ml (MLE), Bułka grahamka 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 20g (MLE), Polędwica sopocka 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Ser topiony plastry b/lakt 2 szt. (MLE), Sałata ziel. 10g, Brzoskwinia z puszki 150g, II Śniadanie: Jogurt naturalny b/lak z musli 200g (GLU, OZI, JĘC, OWI, MLE, ORZ, *),	Kompot owocowy 250ml, Grycikowa z ziel. pietruszką 400 ml (GLU, SEL, *), Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300g (GLU, JAJ, MLE), Kalafior z wody gotowany 75g, Marchew oprószana gotowana 75g (GLU, MLE),	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Pasta ryбно twarogowa z pietruszką b/lak 100g (GLU, SKR, RYB, JĘC, OWI, MLE, *), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek kanapkowy b/lakt 50g (MLE), Rogalik pszenny 1 szt. (GLU, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2370.31 kcal; Energia: 8486.48 kJ; Białko ogółem: 112.71 g; białko zwierzęce: 57.28 g; białko roślinne: 25.75 g; Tłuszcz: 99.73 g; Węglowodany ogółem: 266.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.51 g; Sód: 1256.63 mg; Potas: 2585.27 mg; Wapń: 974.09 mg; Fosfor: 1326.80 mg; Błonnik pokarmowy: 21.14 g; suma cukrów prostych: 66.93 g; Woda: 987.12 g; Popiół: 10.82 g;		

DIETETYK

mgr Milena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-01-15		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. RADIOLOGICZNA IIRTIII		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, JĘC, MLE, *), Kakao 250ml (MLE), Bułka weka 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 20g (MLE), Polędwica sopocka 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Ser topiony plastry 2 szt. (MLE), Sałata ziel. 10g, Brzoskwinia z puszki 150g,	Grycikowa z ziel. pietruszką 400 ml (GLU, SEL, *), Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300g (GLU, JAJ, 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), Twarożek z pietruszką 100g (MLE), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek kanapkowy 50g (MLE), Rogalik pszenny 1 szt. (GLU, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2119.01 kcal; Energia: 8371.66 kJ; Białko ogółem: 96.72 g; białko zwierzęce: 61.62 g; białko roślinne: 26.37 g; Tłuszcz: 89.03 g; Węglowodany ogółem: 252.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.84 g; Sód: 1566.22 mg; Potas: 2643.82 mg; Wapń: 1034.11 mg; Fosfor: 1402.98 mg; Błonnik pokarmowy: 21.91 g; suma cukrów prostych: 74.74 g; Woda: 1093.06 g; Popiół: 12.02 g;		
środa 2025-01-15		
Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD RADIOLOGICZNA VII RTIII		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, JĘC, MLE, *), Kakao 250ml (MLE), Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Polędwica sopocka 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Ser topiony plastry 2 szt. (MLE), Sałata ziel. 10g, Brzoskwinia z puszki 150g, II Śniadanie: Jogurt naturalny z musli 200g (GLU, OZI, JĘC, OWI, MLE, ORZ, *),	Grycikowa z ziel. pietruszką 400 ml (GLU, SEL, *), Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300g (GLU, JAJ, MLE), Kalafior z wody gotowany 75g, Marchew oprószana gotowana 75g (GLU, MLE), Kompot owocowy b/c 250 ml,	Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Herbata H 250ml, Masło ex 20g (MLE), Twarożek z pietruszką 100g (MLE), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek kanapkowy 50g (MLE), Rogalik pszenny 1 szt. (GLU, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2378.02 kcal; Energia: 8557.27 kJ; Białko ogółem: 108.56 g; białko zwierzęce: 65.23 g; białko roślinne: 30.04 g; Tłuszcz: 90.29 g; Węglowodany ogółem: 289.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.33 g; Sód: 1688.82 mg; Potas: 2880.40 mg; Wapń: 1163.06 mg; Fosfor: 1745.42 mg; Błonnik pokarmowy: 24.67 g; suma cukrów prostych: 70.68 g; Woda: 1196.03 g; Popiół: 13.88 g;		

DIETETYK

mgr Miłena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-01-16 Dieta: H. DIETA PODSTAWOWA II		
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 got Delika z indyka 30g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Gruszka 1szt.,	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Stek wieprzowy bez cebuli 80g (GLU, JAJ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Mizeria z sosem winegret 75g (GLU, OZI, GOR, *), Brokuły 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), Sałatka jarzynowa b/ogórka 200g (JAJ, MLE, SEL, *), Papryka św. 70g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek homog.waniliowy 1szt (MLE, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2356.66 kcal; Energia: 10145.22 kJ; Białko ogółem: 102.49 g; białko zwierzęce: 66.91 g; białko roślinne: 34.59 g; Tłuszcz: 91.27 g; Węglowodany ogółem: 335.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.28 g; Sód: 1903.43 mg; Potas: 5090.62 mg; Wapń: 888.86 mg; Fosfor: 1691.33 mg; Błonnik pokarmowy: 30.87 g; suma cukrów prostych: 63.66 g; Woda: 1656.43 g; Popiół: 17.31 g;		
czwartek 2025-01-16 Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA 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), Szyńska got Delika z indyka 30g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Gruszka 1szt.,	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Bitka schab.w sosie własnym duszona 80/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Brokuły 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), Sałatka jarzynowa b/ogórka 200g (JAJ, MLE, SEL, *), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek homog.waniliowy 1szt (MLE, *),
Wartości odżywcze: Energia: 1979.60 kcal; Energia: 9514.39 kJ; Białko ogółem: 94.04 g; białko zwierzęce: 60.12 g; białko roślinne: 33.01 g; Tłuszcz: 66.76 g; Węglowodany ogółem: 302.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.98 g; Sód: 1772.93 mg; Potas: 5088.45 mg; Wapń: 899.17 mg; Fosfor: 1767.26 mg; Błonnik pokarmowy: 28.96 g; suma cukrów prostych: 62.79 g; Woda: 1502.15 g; Popiół: 17.02 g;		
czwartek 2025-01-16 Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁUSZCZU IIIA		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Szyńska got Delika z indyka 30g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta z białka jaja 50g (JAJ), Sałata ziel. 10g, Gruszka gotowana 1 szt.,	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Bitka schab.w sosie własnym duszona 80/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Brokuły gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Sałatka jarzynowa b/konserw 200g (JAJ, MLE, SEL), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek homog.waniliowy 1szt (MLE, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2125.60 kcal; Energia: 10150.33 kJ; Białko ogółem: 99.14 g; białko zwierzęce: 61.77 g; białko roślinne: 36.46 g; Tłuszcz: 65.43 g; Węglowodany ogółem: 316.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.97 g; Sód: 1879.07 mg; Potas: 4922.44 mg; Wapń: 923.73 mg; Fosfor: 1765.19 mg; Błonnik pokarmowy: 24.63 g; suma cukrów prostych: 65.43 g; Woda: 1446.49 g; Popiół: 16.89 g;		
czwartek 2025-01-16 Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. IIIB		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Szyńska got Delika z indyka 30g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta z białka jaja 50g (JAJ), Sałata ziel. 10g, Gruszka gotowana 1 szt., II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml (*),	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Bitka schab.w sosie własnym duszona 80/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Brokuły gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Bułka weka H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Sałatka jarzynowa b/konserw 200g (JAJ, MLE, SEL), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek homog.waniliowy 1szt (MLE, *),
Wartości odżywcze: Energia: 2150.10 kcal; Energia: 10253.33 kJ; Białko ogółem: 101.64 g; białko zwierzęce: 61.77 g; białko roślinne: 36.53 g; Tłuszcz: 65.46 g; Węglowodany ogółem: 323.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.97 g; Sód: 1879.32 mg; Potas: 4941.69 mg; Wapń: 926.73 mg; Fosfor: 1768.94 mg; Błonnik pokarmowy: 25.13 g; suma cukrów prostych: 69.85 g; Woda: 1464.91 g; Popiół: 16.94 g;		

DIETETYK
mgr Milena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-01-16 Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VIII/		
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 got Delika z indyka 30g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Gruszka 1szt., II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem i jogurtem 200g (GLU, OWI, MLE, SEZ),	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Bitka schab.w sosie własnym duszona 80/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Mizeria z sosem winegret 75g (GLU, OZI, GOR, *), Brokuły gotowane 75g, Kompot owocowy b/c 250 ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Sałatka jarzynowa b/ogórka 200g (JAJ, MLE, SEL, *), Papryka św. 70g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek homog.naturalny 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2130.76 kcal; Energia: 10029.41 kJ; Białko ogółem: 93.65 g; białko zwierzęce: 60.07 g; białko roślinne: 34.20 g; Tłuszcz: 74.49 g; Węglowodany ogółem: 307.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.45 g; Sód: 1663.27 mg; Potas: 5669.65 mg; Wapń: 1117.66 mg; Fosfor: 2068.69 mg; Błonnik pokarmowy: 32.97 g; suma cukrów prostych: 65.97 g; Woda: 1769.95 g; Popiół: 18.85 g;		
czwartek 2025-01-16 Dieta: H. DIETA PŁYNNA/MIKSOWANA /IIII/		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500 ml (GLU, JAJ, MLE), II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml (*),	Barszcz czerwony miskowany z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Mięso mielone 80g, Ziemniaki gotowane 200g, Brokuły gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL), Posiłek nocny: Twarożek płynny 150g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 1815.64 kcal; Energia: 7275.84 kJ; Białko ogółem: 86.38 g; białko zwierzęce: 55.56 g; białko roślinne: 19.56 g; Tłuszcz: 69.67 g; Węglowodany ogółem: 206.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.18 g; Sód: 965.50 mg; Potas: 4728.15 mg; Wapń: 1051.91 mg; Fosfor: 2046.96 mg; Błonnik pokarmowy: 19.07 g; suma cukrów prostych: 51.93 g; Woda: 1178.23 g; Popiół: 15.50 g;		
czwartek 2025-01-16 Dieta: H. DIETA ŁATWO STRAWNA II GIN		
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), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Szyunka got Delika z indyka 30g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), Sałata ziel. 10g, Gruszka gotowana 1 szt.	Kompot owocowy 250ml, Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Bitka schab.w sosie własnym duszona 80/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Brokuły gotowane 150g,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g (GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *), Pieczywo graham H 50g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Sałatka jarzynowa b/ogórka 200g (JAJ, MLE, SEL, *), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Bieluch waniliowy b/lakt 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 1980.85 kcal; Energia: 9406.24 kJ; Białko ogółem: 83.04 g; białko zwierzęce: 42.62 g; białko roślinne: 33.01 g; Tłuszcz: 68.26 g; Węglowodany ogółem: 288.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.18 g; Sód: 1664.53 mg; Potas: 4444.85 mg; Wapń: 594.72 mg; Fosfor: 1532.71 mg; Błonnik pokarmowy: 27.70 g; suma cukrów prostych: 50.68 g; Woda: 1182.61 g; Popiół: 14.75 g;		
czwartek 2025-01-16 Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWODANÓW VII GIN		
Kasza manna na mleku b/lakt 300ml (GLU, MLE), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Szyunka got Delika z indyka 30g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Sałata ziel. 10g, Gruszka gotowana 1 szt., II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem i jogurtem b/lakt 200g (GLU, OWI, MLE, SEZ),	Kompot owocowy 250ml, Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Bitka schab.w sosie własnym duszona 80/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Brokuły gotowane 75g, Marchew oprószana gotowana 75g (GLU, MLE),	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Sałatka jarzynowa b/ogórka 200g (JAJ, MLE, SEL, *), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Bieluch naturalny b/lakt 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2075.71 kcal; Energia: 9646.34 kJ; Białko ogółem: 86.53 g; białko zwierzęce: 45.37 g; białko roślinne: 32.85 g; Tłuszcz: 75.21 g; Węglowodany ogółem: 285.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.02 g; Sód: 1482.06 mg; Potas: 4512.38 mg; Wapń: 599.16 mg; Fosfor: 1647.44 mg; Błonnik pokarmowy: 31.05 g; suma cukrów prostych: 57.94 g; Woda: 1204.38 g; Popiół: 14.37 g;		

DIETETYK
mgr Milena Kamińska

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hirszfelda		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-01-16		
Dieta: H. DIETA ŁATWO STR. RADIOLOGICZNA II RTIII		
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), Szyunka got Delika z indyka 30g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Sałata ziel. 10g, Gruszka gotowana 1 szt,	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Bitka schab.w sosie własnym duszona 80/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Brokuły 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), Sałatka jarzynowa b/ogórka 200g (JAJ, MLE, SEL, *), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek homog.waniliowy 1szt (MLE, *),
Wartości odżywcze: Energia: 1963.85 kcal; Energia: 9448.24 kJ; Białko ogółem: 94.04 g; białko zwierzęce: 60.12 g; białko roślinne: 33.01 g; Tłuszcz: 66.76 g; Węglowodany ogółem: 286.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.98 g; Sód: 1764.53 mg; Potas: 4792.35 mg; Wapń: 889.72 mg; Fosfor: 1745.21 mg; Błonnik pokarmowy: 27.70 g; suma cukrów prostych: 62.68 g; Woda: 1402.61 g; Popiół: 16.50 g;		
czwartek 2025-01-16		
Dieta: H. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD RADIOLOGICZNA VII RTIII		
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 got Delika z indyka 30g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Sałata ziel. 10g, Gruszka gotowana 1 szt, II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem i jogurtem 200g (GLU, OWI, MLE, SEZ),	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Bitka schab.w sosie własnym duszona 80/100 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Brokuły gotowane 75g, Marchew oprószana gotowana 75g (GLU, MLE), Kompot owocowy b/c 250 ml,	Pieczywo graham H 100g (GLU, MLE, *), Herbata H 250ml, Masło ex 20g (MLE), Sałatka jarzynowa b/ogórka 200g (JAJ, MLE, SEL, *), Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Serek homog.naturalny 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2062.96 kcal; Energia: 9713.14 kJ; Białko ogółem: 92.31 g; białko zwierzęce: 60.08 g; białko roślinne: 32.85 g; Tłuszcz: 69.70 g; Węglowodany ogółem: 288.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.58 g; Sód: 1667.35 mg; Potas: 5099.68 mg; Wapń: 1098.06 mg; Fosfor: 2006.34 mg; Błonnik pokarmowy: 31.05 g; suma cukrów prostych: 66.68 g; Woda: 1528.16 g; Popiół: 17.32 g;		

DIETETYK
mgr Milena Kamińska