

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2025-01-17</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWA/II</b>		
Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twarożek z koperkiem 100g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Zupa fasolowa z ziemniakami 400ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Kluski leniwe z polewą owocową 300/100g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ</b> ), Banan 1 szt. , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Paszтет drobiowy 50g - 1/5 szt. ( <b>GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR</b> ), Serek kanapkowy 50g ( <b>MLE</b> ), Ogórek kiszony 70g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Galaretka owocowa 1 szt. , Ciastka zbożowe 25g (1 opak.) ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2764.86 kcal; Energia: 11801.63 kJ; Białko ogółem: 102.69 g; białko zwierzęce: 55.46 g; białko roślinne: 30.84 g; Tłuszcz: 72.64 g; Węglowodany ogółem: 448.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.09 g; Sód: 2289.25 mg; Potas: 4659.42 mg; Wapń: 1135.01 mg; Fosfor: 1787.95 mg; Błonnik pokarmowy: 30.08 g; suma cukrów prostych: 89.60 g; Woda: 1550.21 g; Popiół: 19.49 g;		
<b>piątek 2025-01-17</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA III/</b>		
Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twarożek z koperkiem 100g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Zupa wiosenna z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Kluski leniwe z polewą owocową 300/100g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ</b> ), Banan 1 szt. , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Paszтет drobiowy 50g - 1/5 szt. ( <b>GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR</b> ), Serek kanapkowy 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Galaretka owocowa 1 szt. , Ciastka zbożowe 25g (1 opak.) ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2762.37 kcal; Energia: 11748.28 kJ; Białko ogółem: 87.69 g; białko zwierzęce: 56.57 g; białko roślinne: 28.53 g; Tłuszcz: 73.86 g; Węglowodany ogółem: 455.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.93 g; Sód: 1524.84 mg; Potas: 4604.31 mg; Wapń: 1145.44 mg; Fosfor: 1701.09 mg; Błonnik pokarmowy: 28.32 g; suma cukrów prostych: 91.92 g; Woda: 1598.55 g; Popiół: 38.75 g;		
<b>piątek 2025-01-17</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA</b>		
Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Twarożek z koperkiem 100g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Zupa wiosenna z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Kluski leniwe z polewą owocową 300/100g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ</b> ), Banan 1 szt. , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Paszтет sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ, GOR, *</b> ), Serek kanapkowy 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Galaretka owocowa 1 szt. , Ciastka zbożowe 25g (1 opak.) ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2968.22 kcal; Energia: 11932.48 kJ; Białko ogółem: 91.94 g; białko zwierzęce: 53.22 g; białko roślinne: 32.42 g; Tłuszcz: 71.30 g; Węglowodany ogółem: 491.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.41 g; Sód: 1372.14 mg; Potas: 4539.71 mg; Wapń: 1126.24 mg; Fosfor: 1619.29 mg; Błonnik pokarmowy: 25.52 g; suma cukrów prostych: 94.72 g; Woda: 1576.88 g; Popiół: 37.87 g;		
<b>piątek 2025-01-17</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB</b>		
Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Twarożek z koperkiem 100g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 100g (1szt) ( <b>MLE</b> ), Mus owocowy 100g ,	Zupa wiosenna z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Kluski leniwe z polewą owocową 300/100g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ</b> ), Banan 1 szt. , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Paszтет sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ, GOR, *</b> ), Serek kanapkowy 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Galaretka owocowa 1 szt. , Ciastka zbożowe 25g (1 opak.) ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 3028.22 kcal; Energia: 12185.48 kJ; Białko ogółem: 96.24 g; białko zwierzęce: 57.52 g; białko roślinne: 32.42 g; Tłuszcz: 73.30 g; Węglowodany ogółem: 497.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.60 g; Sód: 1435.14 mg; Potas: 4739.71 mg; Wapń: 1296.24 mg; Fosfor: 1741.29 mg; Błonnik pokarmowy: 25.52 g; suma cukrów prostych: 100.32 g; Woda: 1663.38 g; Popiół: 38.87 g;		

Klaudia Sobkowicz

Dietetyk Kliniczny

strona 1 z 3

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2025-01-17</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA VII</b>		
Ryż na mleku 300ml ( <i>MLE</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <i>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Połudwica sopocka 50g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Twarożek z koperkiem 100g ( <i>MLE</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Zupa wiosenna z ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Kluski leniwe z polewą owocową 300/100g ( <i>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ</i> ), Banan 1 szt. , Kompot owocowy 250ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <i>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</i> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Pasztet drobiowy 50g - 1/5 szt. ( <i>GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR</i> ), Szynka delikatesowa 50g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Serek kanapkowy 50g ( <i>MLE</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Galaretki owocowa 1 szt. , Ciastka zbożowe 25g (1 opak.) ( <i>GLU, *</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2949.68 kcal; Energia: 12577.11 kJ; Białko ogółem: 109.52 g; białko zwierzęce: 66.69 g; białko roślinne: 31.81 g; Tłuszcz: 78.30 g; Węglowodany ogółem: 472.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.12 g; Sód: 2541.85 mg; Potas: 4999.25 mg; Wapń: 1164.01 mg; Fosfor: 1922.68 mg; Błonnik pokarmowy: 28.42 g; suma cukrów prostych: 78.17 g; Woda: 1689.87 g; Popiół: 41.29 g;		
<b>piątek 2025-01-17</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII</b>		
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> ), Twarożek z koperkiem 100g ( <i>MLE</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 100g (1szt) ( <i>MLE</i> ), Mus owocowy 100g ,	Zupa wiosenna z ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Ryba z pieca w sosie koperkowym 80/100 H ( <i>GLU, RYB, SEL</i> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Szpinak 75g ( <i>GLU, MLE</i> ), Surówka z jarzyn mieszanych 75g ( <i>SEL, *</i> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Pasztet drobiowy 50g - 1/5 szt. ( <i>GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR</i> ), Serek kanapkowy 50g ( <i>MLE</i> ), Ogórek kiszony 70g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Galaretki warzywna z jajkiem 150g ( <i>GLU, SKR, JAJ, MLE, SEL, *</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2134.15 kcal; Energia: 8738.56 kJ; Białko ogółem: 101.98 g; białko zwierzęce: 73.33 g; białko roślinne: 27.00 g; Tłuszcz: 76.61 g; Węglowodany ogółem: 299.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.95 g; Sód: 1980.50 mg; Potas: 4721.45 mg; Wapń: 1178.72 mg; Fosfor: 1603.06 mg; Błonnik pokarmowy: 31.49 g; suma cukrów prostych: 75.15 g; Woda: 1627.22 g; Popiół: 70.39 g;		
<b>piątek 2025-01-17</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA PŁYNNA IIIII</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i> ), <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 100g (1szt) ( <i>MLE</i> ), Mus owocowy 100g ,	Zupa wiosenna miksowana z masłem mięsem i żółtkiem 1000ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <i>JAJ, SEL</i> ), <b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty z mlekiem 150ml/40g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1749.16 kcal; Energia: 7650.06 kJ; Białko ogółem: 79.41 g; białko zwierzęce: 65.62 g; białko roślinne: 20.03 g; Tłuszcz: 70.76 g; Węglowodany ogółem: 228.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.14 g; Sód: 1063.66 mg; Potas: 4615.34 mg; Wapń: 1504.21 mg; Fosfor: 1917.04 mg; Błonnik pokarmowy: 18.99 g; suma cukrów prostych: 64.79 g; Woda: 1181.04 g; Popiół: 59.26 g;		
<b>piątek 2025-01-17</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA B/LAKTOZY IIII</b>		
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> ), Twarożek b/lakt 100g ( <i>MLE</i> ), Pomidor 80g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Zupa wiosenna z ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Ryba z pieca w sosie koperkowym 80/100 H ( <i>GLU, RYB, SEL</i> ), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 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> ), Pasztet drobiowy 50g - 1/5 szt. ( <i>GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR</i> ), Serek kanapkowy b/lakt 50g ( <i>MLE</i> ), Ogórek św. 80g , <b>Posiłek nocny:</b> Galaretki owocowa 1 szt. , Ciastka zbożowe 25g (1 opak.) ( <i>GLU, *</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2391.46 kcal; Energia: 9587.60 kJ; Białko ogółem: 89.65 g; białko zwierzęce: 39.82 g; białko roślinne: 30.61 g; Tłuszcz: 86.23 g; Węglowodany ogółem: 341.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.30 g; Sód: 1331.71 mg; Potas: 3765.68 mg; Wapń: 608.97 mg; Fosfor: 998.13 mg; Błonnik pokarmowy: 29.21 g; suma cukrów prostych: 51.94 g; Woda: 1236.12 g; Popiół: 36.16 g;		

Klaudia Sokłowicz

Dietetyk kliniczny

### Jadłospisy dla oddziałów

<b>Oddział: Szpital Grabiszyńska</b>		
<b>Śniadanie II Śniadanie</b>	<b>Obiad Podwieczorek</b>	<b>Kolacja Posiłek nocny</b>
<b>sobota 2025-01-18</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWAII</b>		
Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Kakao 250ml (MLE), Bułka pszenna 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 20g (MLE), Jajecznica 100g (JAJ, MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Brokułowa z ziemniakami 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Gulasz wieprz. duszony 80/70 (GLU, MLE), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g (GLU, JĘC), Kalafior z wody gotowany 75g, Surówka z marchwi i chrzanu 75g (MLE, S02), 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 , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 1 szt. (MLE),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2535.42 kcal; Energia: 10917.13 kJ; Białko ogółem: 113.53 g; białko zwierzęce: 83.15 g; białko roślinne: 32.11 g; Tłuszcz: 99.52 g; Węglowodany ogółem: 327.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.37 g; Sód: 1766.08 mg; Potas: 4793.81 mg; Wapń: 1059.18 mg; Fosfor: 1809.36 mg; Błonnik pokarmowy: 28.60 g; suma cukrów prostych: 94.40 g; Woda: 1601.31 g; Popiół: 17.48 g;		
<b>sobota 2025-01-18</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA IIII</b>		
Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Kawa inka z mlekiem 125ml (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Bułka pszenna 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 20g (MLE), Jajecznica 100g (JAJ, MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Brokułowa z ziemniakami 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Gulasz wieprz. duszony 80/70 (GLU, MLE), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g (GLU, JĘC), 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 (*), Ketchup 20g, Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 1 szt. (MLE),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2350.48 kcal; Energia: 10128.77 kJ; Białko ogółem: 98.88 g; białko zwierzęce: 70.55 g; białko roślinne: 30.05 g; Tłuszcz: 94.16 g; Węglowodany ogółem: 313.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.49 g; Sód: 1653.42 mg; Potas: 4262.49 mg; Wapń: 793.30 mg; Fosfor: 1579.29 mg; Błonnik pokarmowy: 25.22 g; suma cukrów prostych: 78.29 g; Woda: 1424.45 g; Popiół: 15.80 g;		
<b>sobota 2025-01-18</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA</b>		
Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Kakao 250ml (MLE), Bułka pszenna 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 15g (MLE), Jajecznica 100g (JAJ, MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Brokułowa z ziemniakami 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Gulasz wieprz. duszony 80/70 (GLU, MLE), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g (GLU, JĘC), Kalafior z wody gotowany 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Ketchup 20g, Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 1 szt. (MLE),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2522.72 kcal; Energia: 10934.15 kJ; Białko ogółem: 113.80 g; białko zwierzęce: 82.28 g; białko roślinne: 33.25 g; Tłuszcz: 93.82 g; Węglowodany ogółem: 346.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.49 g; Sód: 1808.00 mg; Potas: 4585.81 mg; Wapń: 1011.83 mg; Fosfor: 1745.51 mg; Błonnik pokarmowy: 24.05 g; suma cukrów prostych: 93.19 g; Woda: 1575.82 g; Popiół: 17.32 g;		
<b>sobota 2025-01-18</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB</b>		
Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Kakao 250ml (MLE), Bułka pszenna 100g (GLU, ŻYT, *), Masło ex 15g (MLE), Jajecznica 100g (JAJ, MLE), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Serek wiejski 150g (MLE),	Brokułowa z ziemniakami 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Gulasz wieprz. duszony 80/70 (GLU, MLE), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g (GLU, JĘC), Kalafior z wody gotowany 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenne H 100g (GLU, JAJ, MLE, *), Masło ex 15g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Ketchup 20g, Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 1 szt. (MLE),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2522.72 kcal; Energia: 10934.15 kJ; Białko ogółem: 113.80 g; białko zwierzęce: 82.28 g; białko roślinne: 33.25 g; Tłuszcz: 93.82 g; Węglowodany ogółem: 346.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.49 g; Sód: 1808.00 mg; Potas: 4585.81 mg; Wapń: 1011.83 mg; Fosfor: 1745.51 mg; Błonnik pokarmowy: 24.05 g; suma cukrów prostych: 93.19 g; Woda: 1575.82 g; Popiół: 17.32 g;		

**Klaudia Sobkowicz**

Dietetyk kliniczny

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-01-18</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA VI/</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kakao 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU, ŻYT, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajecznica 100g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Szyńka gotowana 50g ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ), Pomidor 70g, Banan 1 szt., Sałata ziel. 10g,	Brokułowa z ziemniakami 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Gulasz wieprz. duszony 80/70 ( <b>GLU, MLE</b> ), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g ( <b>GLU, JĘC</b> ), Kalafior z wody gotowany 150g, Kompot owocowy 250ml,	Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt ( <b>*</b> ), Ketchup 20g, Ser żółty 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 1 szt. ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2673.30 kcal; Energia: 11481.93 kJ; Białko ogółem: 122.16 g; białko zwierzęce: 97.41 g; białko roślinne: 32.35 g; Tłuszcz: 105.90 g; Węglowodany ogółem: 330.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 54.80 g; Sód: 2722.73 mg; Potas: 4655.34 mg; Wapń: 1425.85 mg; Fosfor: 2027.87 mg; Błonnik pokarmowy: 25.55 g; suma cukrów prostych: 77.80 g; Woda: 1605.69 g; Popiół: 19.77 g;		
<b>sobota 2025-01-18</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII</b>		
Kawa inka z mlekiem 125ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Bułka grahamka 100g ( <b>GLU, ŻYT, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajecznica 100g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Pomidor 70g, Gruszka 1szt., Sałata ziel. 10g, <b>II Śniadanie:</b> Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Serek wiejski 150g ( <b>MLE</b> ),	Brokułowa z ziemniakami 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Gulasz wieprz. duszony 80/70 ( <b>GLU, MLE</b> ), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g ( <b>GLU, JĘC</b> ), Kalafior z wody gotowany 75g, Surówka z marchwi i chrzanu 75g ( <b>MLE, S02</b> ), Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt ( <b>*</b> ), Ketchup 20g, Papryka św. 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2177.93 kcal; Energia: 9431.40 kJ; Białko ogółem: 97.64 g; białko zwierzęce: 67.25 g; białko roślinne: 30.31 g; Tłuszcz: 92.98 g; Węglowodany ogółem: 272.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.03 g; Sód: 1660.60 mg; Potas: 3760.74 mg; Wapń: 770.55 mg; Fosfor: 1590.94 mg; Błonnik pokarmowy: 27.32 g; suma cukrów prostych: 58.27 g; Woda: 1301.63 g; Popiół: 14.47 g;		
<b>sobota 2025-01-18</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA PŁYNNA III/II</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Serek wiejski miksowany 200g ( <b>MLE</b> ),	Brokułowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>JAJ, SEL</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1195.12 kcal; Energia: 5384.78 kJ; Białko ogółem: 50.25 g; białko zwierzęce: 43.58 g; białko roślinne: 12.91 g; Tłuszcz: 54.97 g; Węglowodany ogółem: 131.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.80 g; Sód: 885.98 mg; Potas: 3390.00 mg; Wapń: 929.92 mg; Fosfor: 1584.46 mg; Błonnik pokarmowy: 12.41 g; suma cukrów prostych: 32.06 g; Woda: 789.16 g; Popiół: 11.98 g;		
<b>sobota 2025-01-18</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA B/LAKTOZY III/II</b>		
Zacierka na mleku b/lakt 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kakao na mleku b/lakt 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU, ŻYT, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajecznica 100g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Pomidor 80g, Banan 1 szt.,	Brokułowa z ziemniakami 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Gulasz wieprz. duszony 80/70 ( <b>GLU, MLE</b> ), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g ( <b>GLU, JĘC</b> ), Kalafior z wody gotowany 150g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z kurczaka i warzyw 50g ( <b>SEL</b> ), Ser wegański 50g, Pomidor 80g, <b>Posiłek nocny:</b> Bieluch naturalny b/lakt 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2367.27 kcal; Energia: 10350.05 kJ; Białko ogółem: 111.22 g; białko zwierzęce: 74.09 g; białko roślinne: 30.80 g; Tłuszcz: 99.22 g; Węglowodany ogółem: 306.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.63 g; Sód: 1040.30 mg; Potas: 4100.61 mg; Wapń: 805.08 mg; Fosfor: 1608.46 mg; Błonnik pokarmowy: 24.57 g; suma cukrów prostych: 77.03 g; Woda: 1360.28 g; Popiół: 14.43 g;		

Dietetyk **Agnieszka Sokołowicz**

Dietetyk kliniczny

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-01-19</b> <b>Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWA/II</b>		
Kasza kukurydz.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> ), Twaróg krojony 50g ( <i>MLE</i> ), Szynka z kotła 30g ( <i>SOJ, MLE, GOR, S02</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Mandarynka 2 szt. ,	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Filet dr. panierow. smażony 100g ( <i>GLU, JAJ, OZI, ORZ</i> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z kapusty kiszzonej 75g, Marchew oprószana gotowana 75g ( <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> ), Szynka z indyka 50g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR, *</i> ), Ser topiony 50g ( <i>MLE</i> ), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Koktajl bananowo-truskawkowy na mleku 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2513.80 kcal; Energia: 10172.08 kJ; Białko ogółem: 99.29 g; białko zwierzęce: 62.51 g; białko roślinne: 28.68 g; Tłuszcz: 93.49 g; Węglowodany ogółem: 334.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.22 g; Sód: 2143.49 mg; Potas: 4234.32 mg; Wapń: 1117.22 mg; Fosfor: 1770.37 mg; Błonnik pokarmowy: 26.10 g; suma cukrów prostych: 76.07 g; Woda: 1479.75 g; Popiół: 17.01 g;		
<b>niedziela 2025-01-19</b> <b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA III/</b>		
Kasza kukurydz.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> ), Szynka z kotła 30g ( <i>SOJ, MLE, GOR, S02</i> ), Twaróg krojony 50g ( <i>MLE</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Mandarynka 2 szt. ,	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Filet drobiowy w sosie pieczeniowym 80/100 ( <i>GLU, MLE, 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> ), Szynka z indyka 50g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR, *</i> ), Ser topiony 50g ( <i>MLE</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Koktajl bananowo-truskawkowy na mleku 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2519.14 kcal; Energia: 9938.79 kJ; Białko ogółem: 99.17 g; białko zwierzęce: 63.96 g; białko roślinne: 27.11 g; Tłuszcz: 88.34 g; Węglowodany ogółem: 345.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 50.61 g; Sód: 1893.00 mg; Potas: 4418.30 mg; Wapń: 1096.74 mg; Fosfor: 1772.25 mg; Błonnik pokarmowy: 26.08 g; suma cukrów prostych: 77.06 g; Woda: 1477.36 g; Popiół: 15.92 g;		
<b>niedziela 2025-01-19</b> <b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA</b>		
Kasza kukurydz.na mleku 300ml ( <i>MLE</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i> ), Pieczywo pszenne H 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Szynka z kotła 30g ( <i>SOJ, MLE, GOR, S02</i> ), Twaróg krojony 50g ( <i>MLE</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Mandarynka 2 szt. ,	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Filet drobiowy w sosie pieczeniowym 80/100 ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchew oprószana gotowana 150g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Pasta z sera i wędliny 100g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR, *</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Koktajl bananowo-truskawkowy na mleku 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2606.59 kcal; Energia: 10164.79 kJ; Białko ogółem: 95.77 g; białko zwierzęce: 61.71 g; białko roślinne: 31.71 g; Tłuszcz: 79.04 g; Węglowodany ogółem: 379.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.77 g; Sód: 1657.60 mg; Potas: 4461.15 mg; Wapń: 987.54 mg; Fosfor: 1602.10 mg; Błonnik pokarmowy: 23.18 g; suma cukrów prostych: 81.71 g; Woda: 1508.52 g; Popiół: 14.90 g;		
<b>niedziela 2025-01-19</b> <b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB</b>		
Kasza kukurydz.na mleku 300ml ( <i>MLE</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i> ), Pieczywo pszenne H 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Szynka z kotła 30g ( <i>SOJ, MLE, GOR, S02</i> ), Twaróg krojony 50g ( <i>MLE</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Mandarynka 2 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Budyń waniliowy 200ml ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *</i> ),	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Filet drobiowy w sosie pieczeniowym 80/100 ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchew oprószana gotowana 150g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Pasta z sera i wędliny 100g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR, *</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Koktajl bananowo-truskawkowy na mleku 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2769.32 kcal; Energia: 10939.27 kJ; Białko ogółem: 109.82 g; białko zwierzęce: 75.71 g; białko roślinne: 31.76 g; Tłuszcz: 83.06 g; Węglowodany ogółem: 404.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.18 g; Sód: 1746.11 mg; Potas: 4740.68 mg; Wapń: 1227.45 mg; Fosfor: 1777.88 mg; Błonnik pokarmowy: 23.22 g; suma cukrów prostych: 98.57 g; Woda: 1686.03 g; Popiół: 16.33 g;		

Klaudia Sobkowicz  
Dietetyk kliniczny

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-01-19</b> <b>Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA VII</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml ( <i>MLE</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <i>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Twaróg krojony 50g ( <i>MLE</i> ), Szynka z kotła 30g ( <i>SOJ, MLE, GOR, S02</i> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <i>JAJ</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Mandarynka 2 szt. ,	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Filet drobiowy w sosie pieczeniowym 80/100 ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchew oprószana gotowana 150g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kompot owocowy 250ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <i>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</i> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Szynka z indyka 50g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR, *</i> ), Hummus 55g (1/2) ( <i>SEL, GOR, *</i> ), Ser topiony 50g ( <i>MLE</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Koktajl bananowo-truskawkowy na mleku 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2804.04 kcal; Energia: 10778.74 kJ; Białko ogółem: 116.62 g; białko zwierzęce: 72.01 g; białko roślinne: 29.91 g; Tłuszcz: 96.24 g; Węglowodany ogółem: 367.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 55.01 g; Sód: 2251.13 mg; Potas: 4579.50 mg; Wapń: 1148.59 mg; Fosfor: 1976.25 mg; Błonnik pokarmowy: 28.60 g; suma cukrów prostych: 62.94 g; Woda: 1568.93 g; Popiół: 17.57 g;		
<b>niedziela 2025-01-19</b> <b>Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII</b>		
Kasza kukurydza 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> ), Twaróg krojony 50g ( <i>MLE</i> ), Szynka z kotła 30g ( <i>SOJ, MLE, GOR, S02</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Mandarynka 2 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Kefir 150ml ( <i>MLE</i> ),	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Filet drobiowy w sosie pieczeniowym 80/100 ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z kapusty kiszonej 75g, Marchew oprószana gotowana 75g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Szynka z indyka 50g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR, *</i> ), Ser topiony 50g ( <i>MLE</i> ), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Koktajl bananowo-truskawkowy na mleku 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2434.85 kcal; Energia: 9624.60 kJ; Białko ogółem: 100.25 g; białko zwierzęce: 67.10 g; białko roślinne: 25.05 g; Tłuszcz: 92.54 g; Węglowodany ogółem: 302.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 51.48 g; Sód: 1836.30 mg; Potas: 4362.33 mg; Wapń: 1398.34 mg; Fosfor: 1845.24 mg; Błonnik pokarmowy: 24.81 g; suma cukrów prostych: 79.41 g; Woda: 1562.40 g; Popiół: 16.92 g;		
<b>niedziela 2025-01-19</b> <b>Dieta: GR. DIETA PŁYNNA IIIII</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i> ), <b>II Śniadanie:</b> Budyń waniliowy 200ml ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *</i> ),	Pomidorowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</i> ),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <i>JAJ, SEL</i> ), <b>Posiłek nocny:</b> Koktajl bananowo-truskawkowy na mleku 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1495.93 kcal; Energia: 6720.72 kJ; Białko ogółem: 75.48 g; białko zwierzęce: 71.48 g; białko roślinne: 11.62 g; Tłuszcz: 62.61 g; Węglowodany ogółem: 164.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.96 g; Sód: 1066.05 mg; Potas: 3608.07 mg; Wapń: 1405.79 mg; Fosfor: 1895.58 mg; Błonnik pokarmowy: 10.77 g; suma cukrów prostych: 59.02 g; Woda: 1047.41 g; Popiół: 14.24 g;		
<b>niedziela 2025-01-19</b> <b>Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA B/LAKTOZY IIII</b>		
Kasza kukurydziana 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 z kotła 30g ( <i>SOJ, MLE, GOR, S02</i> ), Twaróg krojony b/lakt 50g ( <i>MLE</i> ), Pomidor 80g, Jabłko des. 1 szt. ,	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Filet drobiowy w sosie pieczeniowym 80/100 ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki gotowane 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> ), Szynka z indyka 50g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR, *</i> ), Ser topiony 50g ( <i>MLE</i> ), Ogórek św. 80g, <b>Posiłek nocny:</b> Koktajl bananowo-truskawkowy ml. b/lakt 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2364.08 kcal; Energia: 9180.59 kJ; Białko ogółem: 87.59 g; białko zwierzęce: 43.82 g; białko roślinne: 27.57 g; Tłuszcz: 83.99 g; Węglowodany ogółem: 314.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.58 g; Sód: 1731.41 mg; Potas: 3564.04 mg; Wapń: 630.30 mg; Fosfor: 1363.84 mg; Błonnik pokarmowy: 24.76 g; suma cukrów prostych: 55.01 g; Woda: 1129.84 g; Popiół: 12.71 g;		

Klaudia Sobrowicz  
  
Dietetyk kliniczny

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-01-20</b> <b>Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWA II</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, OWI, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL</b> ), Serek kanapkowy 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Makaron z sosem bolońskim 150/150 ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Buraczki z olejem gotowane 75g, Mizeria ze śmietaną 75g ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Ser żółty 50g ( <b>MLE</b> ), Szynka z kotła 50g ( <b>SOJ, MLE, GOR, S02</b> ), Papryka św. 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt z musli 150g ( <b>GLU, OZI, JĘC, OWI, MLE, ORZ, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2826.20 kcal; Energia: 10859.10 kJ; Białko ogółem: 106.83 g; białko zwierzęce: 80.72 g; białko roślinne: 32.75 g; Tłuszcz: 101.42 g; Węglowodany ogółem: 371.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.46 g; Sód: 2091.06 mg; Potas: 4412.95 mg; Wapń: 1323.37 mg; Fosfor: 1834.89 mg; Błonnik pokarmowy: 24.28 g; suma cukrów prostych: 82.82 g; Woda: 1407.84 g; Popiół: 17.13 g;		
<b>poniedziałek 2025-01-20</b> <b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA III</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, OWI, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Serek kanapkowy 50g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Makaron z sosem bolońskim 150/150 ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Buraczki z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Ser żółty 50g ( <b>MLE</b> ), Szynka z kotła 50g ( <b>SOJ, MLE, GOR, S02</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt z musli 150g ( <b>GLU, OZI, JĘC, OWI, MLE, ORZ, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2836.60 kcal; Energia: 10898.45 kJ; Białko ogółem: 105.57 g; białko zwierzęce: 80.45 g; białko roślinne: 31.76 g; Tłuszcz: 102.16 g; Węglowodany ogółem: 383.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.28 g; Sód: 2116.46 mg; Potas: 4486.55 mg; Wapń: 1317.87 mg; Fosfor: 1801.94 mg; Błonnik pokarmowy: 24.04 g; suma cukrów prostych: 87.42 g; Woda: 1366.96 g; Popiół: 17.02 g;		
<b>poniedziałek 2025-01-20</b> <b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, OWI, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL</b> ), Serek kanapkowy 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Makaron z sosem bolońskim 150/150 ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Buraczki z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ), Szynka z kotła 50g ( <b>SOJ, MLE, GOR, S02</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt z musli 150g ( <b>GLU, OZI, JĘC, OWI, MLE, ORZ, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2990.65 kcal; Energia: 10864.62 kJ; Białko ogółem: 112.96 g; białko zwierzęce: 65.47 g; białko roślinne: 36.36 g; Tłuszcz: 99.70 g; Węglowodany ogółem: 423.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.87 g; Sód: 1810.87 mg; Potas: 4420.22 mg; Wapń: 907.70 mg; Fosfor: 1501.58 mg; Błonnik pokarmowy: 23.56 g; suma cukrów prostych: 89.96 g; Woda: 1347.06 g; Popiół: 14.92 g;		
<b>poniedziałek 2025-01-20</b> <b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, OWI, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Serek kanapkowy 50g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy 200ml (*),	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Makaron z sosem bolońskim 150/150 ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Buraczki z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ), Szynka z kotła 50g ( <b>SOJ, MLE, GOR, S02</b> ), Sałata ziel. 35g, Pomidor 70g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt z musli 150g ( <b>GLU, OZI, JĘC, OWI, MLE, ORZ, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 3018.65 kcal; Energia: 10978.37 kJ; Białko ogółem: 115.46 g; białko zwierzęce: 65.47 g; białko roślinne: 36.44 g; Tłuszcz: 99.72 g; Węglowodany ogółem: 431.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.88 g; Sód: 1812.12 mg; Potas: 4472.97 mg; Wapń: 916.70 mg; Fosfor: 1510.58 mg; Błonnik pokarmowy: 24.41 g; suma cukrów prostych: 94.41 g; Woda: 1389.11 g; Popiół: 15.22 g;		

Klaudia Sobkowicz

Dietetyk kliniczny 1 z 3

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-01-20</b> <b>Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA /VII/</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <i>GLU, OWI, MLE</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <i>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Połędwica Premium 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL</i> ), Szyńka gotowana 50g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i> ), Serek kanapkowy 50g ( <i>MLE</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</i> ), Makaron z sosem bolońskim 150/150 ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Buraczki z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <i>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</i> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Ser żółty 50g ( <i>MLE</i> ), Twaróg krojony 50g ( <i>MLE</i> ), Szyńka z kotła 50g ( <i>SOJ, MLE, GOR, S02</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt z musli 150g ( <i>GLU, OZI, JĘC, OWI, MLE, ORZ, *</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 3031.08 kcal; Energia: 11509.90 kJ; Białko ogółem: 117.22 g; białko zwierzęce: 84.00 g; białko roślinne: 34.56 g; Tłuszcz: 106.27 g; Węglowodany ogółem: 401.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.50 g; Sód: 2779.31 mg; Potas: 4571.25 mg; Wapń: 1369.72 mg; Fosfor: 1915.44 mg; Błonnik pokarmowy: 24.14 g; suma cukrów prostych: 75.27 g; Woda: 1418.38 g; Popiół: 18.07 g;		
<b>poniedziałek 2025-01-20</b> <b>Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <i>GLU, OWI, 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> ), Połędwica Premium 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL</i> ), Serek kanapkowy 50g ( <i>MLE</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Serek grani 1szt ( <i>MLE</i> ),	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</i> ), Makaron z sosem bolońskim 150/150 ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Buraczki z olejem gotowane 75g, Mizeria ze śmietaną 75g ( <i>MLE</i> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Ser żółty 50g ( <i>MLE</i> ), Szyńka z kotła 50g ( <i>SOJ, MLE, GOR, S02</i> ), Papryka św. 70g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt z musli 150g ( <i>GLU, OZI, JĘC, OWI, MLE, ORZ, *</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2607.60 kcal; Energia: 9942.30 kJ; Białko ogółem: 103.04 g; białko zwierzęce: 80.67 g; białko roślinne: 29.01 g; Tłuszcz: 100.88 g; Węglowodany ogółem: 329.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.32 g; Sód: 1875.36 mg; Potas: 3979.55 mg; Wapń: 1314.97 mg; Fosfor: 1817.49 mg; Błonnik pokarmowy: 24.43 g; suma cukrów prostych: 69.66 g; Woda: 1402.36 g; Popiół: 15.70 g;		
<b>poniedziałek 2025-01-20</b> <b>Dieta: GR. DIETA PŁYNNA /IIII/</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i> ), <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy 200ml (*),	Barszcz biały mikсовany z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</i> ),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <i>JAJ, SEL</i> ), <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1368.46 kcal; Energia: 6213.21 kJ; Białko ogółem: 70.02 g; białko zwierzęce: 61.24 g; białko roślinne: 12.60 g; Tłuszcz: 60.04 g; Węglowodany ogółem: 155.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.86 g; Sód: 975.21 mg; Potas: 3709.94 mg; Wapń: 1212.16 mg; Fosfor: 1792.49 mg; Błonnik pokarmowy: 12.22 g; suma cukrów prostych: 48.61 g; Woda: 1011.56 g; Popiół: 13.61 g;		
<b>poniedziałek 2025-01-20</b> <b>Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA B/LAKTOZY /III/</b>		
Pł. owsiane na mleku b/lakt 300ml ( <i>GLU, OWI, 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> ), Połędwica Premium 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL</i> ), Serek kanapkowy b/lakt 50g ( <i>MLE</i> ), Pomidor 80g, Banan 1 szt. ,	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Makaron z sosem bolońskim 150/150 ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Buraczki z olejem gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <i>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</i> ), Pieczywo graham H 50g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Ser żółty 50g ( <i>MLE</i> ), Szyńka z kotła 50g ( <i>SOJ, MLE, GOR, S02</i> ), Papryka św. 80g , <b>Posiłek nocny:</b> Bieluch naturalny z musli b/lakt 150g ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2660.19 kcal; Energia: 11011.86 kJ; Białko ogółem: 91.81 g; białko zwierzęce: 59.60 g; białko roślinne: 31.66 g; Tłuszcz: 117.69 g; Węglowodany ogółem: 314.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 55.84 g; Sód: 1939.54 mg; Potas: 3735.78 mg; Wapń: 863.60 mg; Fosfor: 1306.80 mg; Błonnik pokarmowy: 23.35 g; suma cukrów prostych: 70.46 g; Woda: 988.78 g; Popiół: 13.81 g;		

Klaudia Sobkowicz  
  
Dietetyk kliniczny



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2025-01-21</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWA II</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, JĘC, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z kurczaka i warzyw 100g ( <b>SEL</b> ), Pomidor 70g, Jabłko des. 1 szt., Sałata ziel. 10g,	Ryżowa z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Kottlet schabowy smażony 100g ( <b>GLU, JAJ, OZI, ORZ</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Brokuły gotowane 75g, Surówka z selera i jabłka 75g ( <b>MLE, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jajeczna z szynka i ziel. pietruszką 200g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ), Ogórek kiszony 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Paszтет drobiowy 50g - 1/5 szt. ( <b>GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR</b> ), Rogalik pszenny 1 szt. ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2498.23 kcal; Energia: 11340.18 kJ; Białko ogółem: 122.91 g; białko zwierzęce: 67.28 g; białko roślinne: 30.24 g; Tłuszcz: 94.58 g; Węglowodany ogółem: 322.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.84 g; Sód: 2453.85 mg; Potas: 4370.54 mg; Wapń: 960.47 mg; Fosfor: 1855.85 mg; Błonnik pokarmowy: 30.77 g; suma cukrów prostych: 66.13 g; Woda: 1534.92 g; Popiół: 18.29 g;		
<b>wtorek 2025-01-21</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA III</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, JĘC, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z kurczaka i warzyw 100g ( <b>SEL</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt.,	Ryżowa z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Bitka schab.w sosie własnym duszona 80/100 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Brokuły gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jajeczna z szynka i ziel. pietruszką 200g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Paszтет drobiowy 50g - 1/5 szt. ( <b>GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR</b> ), Rogalik pszenny 1 szt. ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2499.28 kcal; Energia: 11382.57 kJ; Białko ogółem: 121.15 g; białko zwierzęce: 68.01 g; białko roślinne: 30.15 g; Tłuszcz: 93.60 g; Węglowodany ogółem: 330.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.44 g; Sód: 1970.21 mg; Potas: 4630.39 mg; Wapń: 947.98 mg; Fosfor: 1833.16 mg; Błonnik pokarmowy: 28.63 g; suma cukrów prostych: 64.40 g; Woda: 1561.91 g; Popiół: 17.80 g;		
<b>wtorek 2025-01-21</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU II A</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, JĘC, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Pasta z kurczaka i warzyw 100g ( <b>SEL</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt.,	Ryżowa z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Bitka schab.w sosie własnym duszona 80/100 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Brokuły gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 15g ( <b>MLE</b> ), Sałatka z białka jaja z szynką i ziel. pietruszką 200g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Paszтет sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ, GOR, *</b> ), Rogalik pszenny 1 szt. ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2397.33 kcal; Energia: 10177.92 kJ; Białko ogółem: 109.19 g; białko zwierzęce: 60.51 g; białko roślinne: 32.38 g; Tłuszcz: 75.90 g; Węglowodany ogółem: 348.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.64 g; Sód: 1587.06 mg; Potas: 4448.41 mg; Wapń: 891.38 mg; Fosfor: 1639.66 mg; Błonnik pokarmowy: 25.56 g; suma cukrów prostych: 66.52 g; Woda: 1488.23 g; Popiół: 15.86 g;		
<b>wtorek 2025-01-21</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, JĘC, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z kurczaka i warzyw 100g ( <b>SEL</b> ), Pomidor 70g, Jabłko gotowane 1 szt., Sałata ziel. 10g, <b>II Śniadanie:</b> Budyń waniliowy 200ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ),	Ryżowa z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Bitka schab.w sosie własnym duszona 80/100 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Brokuły gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka z białka jaja z szynką i ziel. pietruszką 200g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Paszтет sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ, GOR, *</b> ), Rogalik pszenny 1 szt. ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2633.56 kcal; Energia: 11260.00 kJ; Białko ogółem: 124.24 g; białko zwierzęce: 75.51 g; białko roślinne: 32.43 g; Tłuszcz: 88.17 g; Węglowodany ogółem: 373.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.73 g; Sód: 1676.47 mg; Potas: 4730.44 mg; Wapń: 1132.89 mg; Fosfor: 1816.64 mg; Błonnik pokarmowy: 25.59 g; suma cukrów prostych: 83.44 g; Woda: 1667.34 g; Popiół: 17.30 g;		

Klaudia Sobkowicz

Dietetyk kliniczny

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2025-01-21</b> <b>Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA /VI/</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, JĘC, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z kurczaka i warzyw 100g ( <b>SEL</b> ), Ser żółty 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 70g, Jabłko des. 1 szt., Sałata ziel. 10g,	Ryżowa z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Bitka schab.w sosie własnym duszona 80/100 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Brokuły gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g,	Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jajeczna z szynka i ziel. pietruszką 200g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ), Szynka z kotła 50g ( <b>SOJ, MLE, GOR, S02</b> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Paszтет drobiowy 50g - 1/5 szt. ( <b>GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR</b> ), Rogalik pszenny 1 szt. ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2689.93 kcal; Energia: 12300.58 kJ; Białko ogółem: 133.99 g; białko zwierzęce: 91.19 g; białko roślinne: 31.55 g; Tłuszcz: 100.90 g; Węglowodany ogółem: 331.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 53.97 g; Sód: 3072.11 mg; Potas: 4877.72 mg; Wapń: 1364.51 mg; Fosfor: 2198.11 mg; Błonnik pokarmowy: 28.68 g; suma cukrów prostych: 50.38 g; Woda: 1624.22 g; Popiół: 20.74 g;		
<b>wtorek 2025-01-21</b> <b>Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII</b>		
Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, JĘC, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z kurczaka i warzyw 100g ( <b>SEL</b> ), Pomidor 70g, Jabłko des. 1 szt., Sałata ziel. 10g, <b>II Śniadanie:</b> Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),	Ryżowa z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Bitka schab.w sosie własnym duszona 80/100 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Brokuły gotowane 75g, Surówka z selera i jabłka 75g ( <b>MLE, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jajeczna z szynka i ziel. pietruszką 200g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ), Ogórek kiszony 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Paszтет drobiowy 50g - 1/5 szt. ( <b>GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR</b> ), Rogalik pszenny 1 szt. ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2349.88 kcal; Energia: 10743.94 kJ; Białko ogółem: 122.17 g; białko zwierzęce: 71.13 g; białko roślinne: 25.64 g; Tłuszcz: 94.23 g; Węglowodany ogółem: 281.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.52 g; Sód: 2148.73 mg; Potas: 4499.54 mg; Wapń: 1243.93 mg; Fosfor: 1922.31 mg; Błonnik pokarmowy: 29.53 g; suma cukrów prostych: 69.50 g; Woda: 1611.93 g; Popiół: 18.24 g;		
<b>wtorek 2025-01-21</b> <b>Dieta: GR. DIETA PŁYNNA /III/</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Budyń waniliowy 200ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ),	Ryżowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>JAJ, SEL</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty z herbatą 150ml/40g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1965.84 kcal; Energia: 8299.61 kJ; Białko ogółem: 85.04 g; białko zwierzęce: 85.32 g; białko roślinne: 14.50 g; Tłuszcz: 84.79 g; Węglowodany ogółem: 200.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.79 g; Sód: 1159.18 mg; Potas: 3598.89 mg; Wapń: 1335.33 mg; Fosfor: 2046.72 mg; Błonnik pokarmowy: 12.87 g; suma cukrów prostych: 62.42 g; Woda: 1063.35 g; Popiół: 14.15 g;		
<b>wtorek 2025-01-21</b> <b>Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA B/LAKTOZY /III/</b>		
Pł. jęczmienne na mleku b/lakt 300ml ( <b>GLU, JĘC, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem b/lakt 250ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z kurczaka i warzyw 100g ( <b>SEL</b> ), Pomidor 80g, Jabłko gotowane 1 szt.,	Ryżowa z ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Bitka schab.w sosie własnym duszona 80/100 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Brokuły gotowane 150g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jajeczna z szynka i ziel. pietruszką 200g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ), Ogórek św. 80g, <b>Posiłek nocny:</b> Paszтет drobiowy 50g - 1/5 szt. ( <b>GLU, JAJ, SOJ, OWI, MLE, SEL, GOR</b> ), Rogalik pszenny 1 szt. ( <b>GLU, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2274.23 kcal; Energia: 10306.42 kJ; Białko ogółem: 99.53 g; białko zwierzęce: 46.98 g; białko roślinne: 29.56 g; Tłuszcz: 87.43 g; Węglowodany ogółem: 284.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.80 g; Sód: 1730.41 mg; Potas: 3943.24 mg; Wapń: 589.48 mg; Fosfor: 1570.76 mg; Błonnik pokarmowy: 27.35 g; suma cukrów prostych: 49.84 g; Woda: 1252.68 g; Popiół: 15.01 g;		

Klaudia Sobkowicz

Dietetyk kliniczny strona 2 z 3

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2025-01-22</b> <b>Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWA II</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Kakao 250ml ( <i>MLE</i> ), Bułka pszenna 100g ( <i>GLU, ŻYT, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <i>JAJ</i> ), Szyńka z indyka 50g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR, *</i> ), Papryka kons. 70g ( <i>GOR</i> ), Sałata ziel. 10g, Gruszka 1szt. ,	Szpinakowa 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Potrawka drobiowa gotowana 80/70 ( <i>GLU, SEL</i> ), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g ( <i>GLU, JĘC</i> ), Fasolka szparagowa 75g ( <i>ŁUB</i> ), Sałata wiosenna 75g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <i>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</i> ), Pieczywo graham H 50g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Pasta ryбно twarogowa z pietruszką 100g ( <i>GLU, SKR, RYB, JĘC, OWI, MLE, *</i> ), Pomidor 70g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Galaretką z brzoskwinia 150g ( <i>SEL, *</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2174.43 kcal; Energia: 8868.32 kJ; Białko ogółem: 111.79 g; białko zwierzęce: 56.54 g; białko roślinne: 32.05 g; Tłuszcz: 80.53 g; Węglowodany ogółem: 307.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.24 g; Sód: 1297.47 mg; Potas: 3551.66 mg; Wapń: 999.16 mg; Fosfor: 1586.05 mg; Błonnik pokarmowy: 28.08 g; suma cukrów prostych: 74.02 g; Woda: 1358.62 g; Popiół: 13.87 g;		
<b>środa 2025-01-22</b> <b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA III</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa inka z mlekiem 125ml ( <i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i> ), Bułka pszenna 100g ( <i>GLU, ŻYT, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <i>JAJ</i> ), Szyńka z indyka 50g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR, *</i> ), Pomidor 70g , Sałata ziel. 10g , Gruszka 1szt. ,	Szpinakowa 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Potrawka drobiowa gotowana 80/70 ( <i>GLU, SEL</i> ), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g ( <i>GLU, JĘC</i> ), Fasolka szparagowa 150g ( <i>ŁUB</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> ), Pasta ryбно twarogowa z pietruszką 100g ( <i>GLU, SKR, RYB, JĘC, OWI, MLE, *</i> ), Pomidor 70g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Galaretką z brzoskwinia 150g ( <i>SEL, *</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1993.67 kcal; Energia: 8039.89 kJ; Białko ogółem: 98.67 g; białko zwierzęce: 43.94 g; białko roślinne: 31.53 g; Tłuszcz: 70.42 g; Węglowodany ogółem: 299.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.87 g; Sód: 931.15 mg; Potas: 3389.77 mg; Wapń: 799.25 mg; Fosfor: 1358.41 mg; Błonnik pokarmowy: 28.82 g; suma cukrów prostych: 60.68 g; Woda: 1191.22 g; Popiół: 12.01 g;		
<b>środa 2025-01-22</b> <b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Kakao 250ml ( <i>MLE</i> ), Bułka pszenna 100g ( <i>GLU, ŻYT, *</i> ), Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Pasta z białka jaja 50g ( <i>JAJ</i> ), Szyńka z indyka 50g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR, *</i> ), Pomidor 70g , Sałata ziel. 10g , Gruszka gotowana 1 szt. ,	Szpinakowa 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Potrawka drobiowa gotowana 80/70 ( <i>GLU, SEL</i> ), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g ( <i>GLU, JĘC</i> ), Fasolka szparagowa 150g ( <i>ŁUB</i> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenne H 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Pasta ryбно twarogowa z pietruszką 100g ( <i>GLU, SKR, RYB, JĘC, OWI, MLE, *</i> ), Pomidor 70g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Galaretką z brzoskwinia 150g ( <i>SEL, *</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2130.16 kcal; Energia: 8592.27 kJ; Białko ogółem: 109.59 g; białko zwierzęce: 51.67 g; białko roślinne: 34.73 g; Tłuszcz: 68.93 g; Węglowodany ogółem: 332.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.36 g; Sód: 1015.23 mg; Potas: 3646.59 mg; Wapń: 994.28 mg; Fosfor: 1422.63 mg; Błonnik pokarmowy: 27.66 g; suma cukrów prostych: 75.57 g; Woda: 1304.49 g; Popiół: 13.04 g;		
<b>środa 2025-01-22</b> <b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Kakao 250ml ( <i>MLE</i> ), Bułka pszenna 100g ( <i>GLU, ŻYT, *</i> ), Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Pasta z białka jaja 50g ( <i>JAJ</i> ), Szyńka z indyka 50g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR, *</i> ), Pomidor 70g , Sałata ziel. 10g , Gruszka gotowana 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy 200ml (*),	Szpinakowa 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Potrawka drobiowa gotowana 80/70 ( <i>GLU, SEL</i> ), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g ( <i>GLU, JĘC</i> ), Fasolka szparagowa 150g ( <i>ŁUB</i> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml , Pieczywo pszenne H 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Pasta ryбно twarogowa z pietruszką 100g ( <i>GLU, SKR, RYB, JĘC, OWI, MLE, *</i> ), Pomidor 70g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Galaretką z brzoskwinia 150g ( <i>SEL, *</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2154.66 kcal; Energia: 8695.27 kJ; Białko ogółem: 112.09 g; białko zwierzęce: 51.67 g; białko roślinne: 34.80 g; Tłuszcz: 68.96 g; Węglowodany ogółem: 338.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.36 g; Sód: 1015.48 mg; Potas: 3665.84 mg; Wapń: 997.28 mg; Fosfor: 1426.38 mg; Błonnik pokarmowy: 28.16 g; suma cukrów prostych: 80.00 g; Woda: 1322.92 g; Popiół: 13.09 g;		

Klaudia Sobkowicz  
  
Dietetyk kliniczny

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2025-01-22</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA VII</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kakao 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU, ŻYT, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Ser topiony 50g ( <b>MLE</b> ), Szyunka z indyka 50g ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ), Pomidor 70g, Salata ziel. 10g, Gruszka 1szt. ,	Szpinakowa 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Potrawka drobiowa gotowana 80/70 ( <b>GLU, SEL</b> ), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g ( <b>GLU, JĘC</b> ), Fasolka szparagowa 150g ( <b>ŁUB</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta ryбно twarogowa z pietruszką 100g ( <b>GLU, SKR, RYB, JĘC, OWI, MLE, *</b> ), Połędwica sopocka 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Pomidor 70g, Salata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Galaretką z brzoskwinia 150g ( <b>SEL, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2298.39 kcal; Energia: 9545.28 kJ; Białko ogółem: 130.57 g; białko zwierzęce: 73.39 g; białko roślinne: 34.30 g; Tłuszcz: 84.65 g; Węglowodany ogółem: 318.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.33 g; Sód: 1935.42 mg; Potas: 3959.01 mg; Wapń: 1211.68 mg; Fosfor: 1948.37 mg; Błonnik pokarmowy: 29.16 g; suma cukrów prostych: 60.63 g; Woda: 1413.74 g; Popiół: 15.98 g;		
<b>środa 2025-01-22</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW VII</b>		
Kawa inka z mlekiem 125ml ( <b>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</b> ), Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Bułka grahamka 100g ( <b>GLU, ŻYT, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Szyunka z indyka 50g ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ), Papryka kons. 70g ( <b>GOR</b> ), Salata ziel. 10g, Gruszka 1szt. , <b>II Śniadanie:</b> Serek homog.naturalny 1szt ( <b>MLE</b> ),	Szpinakowa 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Potrawka drobiowa gotowana 80/70 ( <b>GLU, SEL</b> ), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g ( <b>GLU, JĘC</b> ), Sałatka wiosenna 75g, Fasolka szparagowa 75g ( <b>ŁUB</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta ryбно twarogowa z pietruszką 100g ( <b>GLU, SKR, RYB, JĘC, OWI, MLE, *</b> ), Pomidor 70g, Salata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Galaretką drobiowa 150g ( <b>SKR, JAJ, SEL</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2125.53 kcal; Energia: 7988.00 kJ; Białko ogółem: 116.05 g; białko zwierzęce: 48.92 g; białko roślinne: 30.37 g; Tłuszcz: 81.59 g; Węglowodany ogółem: 272.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.85 g; Sód: 1173.35 mg; Potas: 3331.27 mg; Wapń: 804.85 mg; Fosfor: 1457.27 mg; Błonnik pokarmowy: 29.18 g; suma cukrów prostych: 50.65 g; Woda: 1190.13 g; Popiół: 12.50 g;		
<b>środa 2025-01-22</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA PŁYNNA IIIII</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy 200ml (*),	Szpinakowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>JAJ, SEL</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Suchary z mlekiem 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1347.58 kcal; Energia: 6060.30 kJ; Białko ogółem: 62.08 g; białko zwierzęce: 49.68 g; białko roślinne: 16.21 g; Tłuszcz: 56.44 g; Węglowodany ogółem: 161.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.39 g; Sód: 1055.10 mg; Potas: 3358.80 mg; Wapń: 984.45 mg; Fosfor: 1628.55 mg; Błonnik pokarmowy: 13.93 g; suma cukrów prostych: 35.88 g; Woda: 845.60 g; Popiół: 12.87 g;		
<b>środa 2025-01-22</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA B/LAKTOZY IIII</b>		
Zacierka na mleku b/lakt 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kakao na mleku b/lakt 250ml ( <b>MLE</b> ), Bułka pszenna 100g ( <b>GLU, ŻYT, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Szyunka z indyka 50g ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ), Papryka św. 80g, Gruszka gotowana 1 szt. ,	Szpinakowa 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Potrawka drobiowa gotowana 80/70 ( <b>GLU, SEL</b> ), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g ( <b>GLU, JĘC</b> ), Fasolka szparagowa 150g ( <b>ŁUB</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <b>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta rybna z twarogiem b/lak 100g ( <b>GLU, SKR, RYB, JĘC, OWI, MLE, *</b> ), Pomidor 80g , <b>Posiłek nocny:</b> Galaretką z brzoskwinia 150g ( <b>SEL, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2121.14 kcal; Energia: 8663.40 kJ; Białko ogółem: 112.12 g; białko zwierzęce: 55.54 g; białko roślinne: 33.38 g; Tłuszcz: 74.98 g; Węglowodany ogółem: 300.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.65 g; Sód: 969.55 mg; Potas: 3479.94 mg; Wapń: 989.92 mg; Fosfor: 1514.05 mg; Błonnik pokarmowy: 28.64 g; suma cukrów prostych: 74.54 g; Woda: 1261.66 g; Popiół: 12.89 g;		

Dietetyk

Klaudia Sobkowicz

Dietetyk kliniczny

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-01-23</b> <b>Dieta: GR. DIETA PODSTAWOWA II</b>		
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> ), Twaróg krojony 50g ( <i>MLE</i> ), Dżem brzoskwiniowy 50g ( <i>GLU, *</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Kapuśniak z kap. kw. z ziemniakami 400ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *</i> ), Knedle ze śliwką z polewą jogurtową 5szt/100g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Mus owocowy 100g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <i>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</i> ), Pieczywo graham H 50g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Ser żółty 50g ( <i>MLE</i> ), Szynka got Delika z indyka 50g ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Ogórek kons. 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 150g ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2344.69 kcal; Energia: 7846.12 kJ; Białko ogółem: 65.80 g; białko zwierzęce: 53.38 g; białko roślinne: 19.30 g; Tłuszcz: 57.63 g; Węglowodany ogółem: 392.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.45 g; Sód: 2601.67 mg; Potas: 3247.73 mg; Wapń: 1284.28 mg; Fosfor: 1293.84 mg; Błonnik pokarmowy: 18.73 g; suma cukrów prostych: 107.40 g; Woda: 1145.98 g; Popiół: 16.12 g;		
<b>czwartek 2025-01-23</b> <b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA III</b>		
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> ), Twaróg krojony 50g ( <i>MLE</i> ), Dżem brzoskwiniowy 50g ( <i>GLU, *</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Knedle ze śliwką z polewą jogurtową 5szt/100g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Mus owocowy 100g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <i>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</i> ), Pieczywo graham H 50g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Ser żółty 50g ( <i>MLE</i> ), Szynka got Delika z indyka 50g ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 150g ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2408.86 kcal; Energia: 8085.19 kJ; Białko ogółem: 67.45 g; białko zwierzęce: 54.49 g; białko roślinne: 19.84 g; Tłuszcz: 58.15 g; Węglowodany ogółem: 415.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.25 g; Sód: 2036.96 mg; Potas: 3454.82 mg; Wapń: 1301.29 mg; Fosfor: 1336.71 mg; Błonnik pokarmowy: 19.39 g; suma cukrów prostych: 108.82 g; Woda: 1205.84 g; Popiół: 14.34 g;		
<b>czwartek 2025-01-23</b> <b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU IIA</b>		
Ryż na mleku 300ml ( <i>MLE</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i> ), Pieczywo pszenne H 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Twaróg krojony 50g ( <i>MLE</i> ), Dżem brzoskwiniowy 50g ( <i>GLU, *</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Knedle ze śliwką z polewą jogurtową 5szt/100g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Mus owocowy 100g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Serek grani 50g ( <i>MLE</i> ), Szynka got Delika z indyka 50g ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 150g ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2429.26 kcal; Energia: 8051.36 kJ; Białko ogółem: 68.24 g; białko zwierzęce: 39.51 g; białko roślinne: 24.44 g; Tłuszcz: 50.74 g; Węglowodany ogółem: 449.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.57 g; Sód: 1731.08 mg; Potas: 3388.49 mg; Wapń: 891.12 mg; Fosfor: 1036.35 mg; Błonnik pokarmowy: 16.49 g; suma cukrów prostych: 111.36 g; Woda: 1185.94 g; Popiół: 12.24 g;		
<b>czwartek 2025-01-23</b> <b>Dieta: GR. DIETA ŁATWOSTR.Z OGR. SUBS. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO IIB</b>		
Ryż na mleku 300ml ( <i>MLE</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i> ), Pieczywo pszenne H 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Twaróg krojony 50g ( <i>MLE</i> ), Dżem brzoskwiniowy 50g ( <i>GLU, *</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Sok Sady Wincenta 1szt. 200ml ,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Knedle ze śliwką z polewą jogurtową 5szt/100g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Mus owocowy 100g, Kompot owocowy 250ml ,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenne H 100g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Masło ex 15g ( <i>MLE</i> ), Szynka got Delika z indyka 50g ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Serek grani 50g ( <i>MLE</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 150g ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2471.26 kcal; Energia: 8226.36 kJ; Białko ogółem: 68.34 g; białko zwierzęce: 39.51 g; białko roślinne: 24.54 g; Tłuszcz: 50.84 g; Węglowodany ogółem: 459.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.58 g; Sód: 1733.08 mg; Potas: 3498.49 mg; Wapń: 900.12 mg; Fosfor: 1042.35 mg; Błonnik pokarmowy: 16.49 g; suma cukrów prostych: 113.26 g; Woda: 1275.54 g; Popiół: 12.44 g;		

Klaudia Sobkowicz  
  
Dietetyk kliniczny

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Grabiszyńska		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-01-23</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA WYSOKOBIAŁKOWA /VI/</b>		
Ryż na mleku 300ml ( <i>MLE</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i> ), Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <i>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Dżem brzoskwinowy 50g ( <i>GLU, *</i> ), Twaróg krojony 50g ( <i>MLE</i> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <i>JAJ</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt.,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Knedle ze śliwką z polewą jogurtową 5szt/100g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Mus owocowy 100g, Kompot owocowy 250ml,	Pieczywo pszenno-żytnie H 100g ( <i>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</i> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Ser żółty 50g ( <i>MLE</i> ), Szynka got Delika z indyka 50g ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Hummus 55g (1/2) ( <i>SEL, GOR, *</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 150g ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2693.76 kcal; Energia: 8925.14 kJ; Białko ogółem: 84.90 g; białko zwierzęce: 62.54 g; białko roślinne: 22.64 g; Tłuszcz: 66.05 g; Węglowodany ogółem: 438.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.65 g; Sód: 2395.09 mg; Potas: 3616.02 mg; Wapń: 1353.14 mg; Fosfor: 1540.71 mg; Błonnik pokarmowy: 21.91 g; suma cukrów prostych: 94.70 g; Woda: 1297.41 g; Popiół: 15.99 g;		
<b>czwartek 2025-01-23</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW /VII/</b>		
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> ), Twaróg krojony 50g ( <i>MLE</i> ), Szynka z kotła 30g ( <i>SOJ, MLE, GOR, SO2</i> ), Pomidor 70g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt., <b>II Śniadanie:</b> Sałatka makaronowa z szynką i warzywami z olejem 200g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *</i> ),	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Udko w sosie własnym duszone 130/100 ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z selera i jabłka i kukurydzy 75g ( <i>MLE, SEL</i> ), Buraczki z olejem gotowane 75g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo graham H 100g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Ser żółty 50g ( <i>MLE</i> ), Szynka got Delika z indyka 50g ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Ogórek kons. 70g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 150g ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2648.81 kcal; Energia: 10195.00 kJ; Białko ogółem: 97.40 g; białko zwierzęce: 90.48 g; białko roślinne: 28.78 g; Tłuszcz: 91.06 g; Węglowodany ogółem: 325.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.89 g; Sód: 2382.62 mg; Potas: 4857.08 mg; Wapń: 1270.06 mg; Fosfor: 1875.58 mg; Błonnik pokarmowy: 30.21 g; suma cukrów prostych: 72.68 g; Woda: 1487.59 g; Popiół: 55.53 g;		
<b>czwartek 2025-01-23</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA PŁYNNA /VIII/</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml ( <i>GLU, ŻYT, JĘC, MLE</i> ), <b>II Śniadanie:</b> Sok Sady Wincenta 1szt. 200ml,	Jarzynowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <i>GLU, JAJ, SEL, *</i> ),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <i>JAJ, SEL</i> ), <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski miksowany 150g ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1327.45 kcal; Energia: 6030.93 kJ; Białko ogółem: 63.39 g; białko zwierzęce: 56.64 g; białko roślinne: 12.99 g; Tłuszcz: 57.76 g; Węglowodany ogółem: 152.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.45 g; Sód: 932.55 mg; Potas: 3659.31 mg; Wapń: 1073.49 mg; Fosfor: 1696.23 mg; Błonnik pokarmowy: 12.26 g; suma cukrów prostych: 38.34 g; Woda: 992.96 g; Popiół: 12.83 g;		
<b>czwartek 2025-01-23</b>		
<b>Dieta: GR. DIETA APLAZYJNA B/LAKTOZY /III/</b>		
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> ), Dżem brzoskwinowy 50g ( <i>GLU, *</i> ), Twaróg krojony b/lakt 50g ( <i>MLE</i> ), Pomidor 80g, Banan 1 szt.,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Knedle ze śliwką z polewą waniliową b/lakt 5szt/100g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Mus owocowy 100g, Kompot owocowy 250ml,	Herbata H 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie H 50g ( <i>GLU, JAJ, ŻYT, MLE, *</i> ), Pieczywo graham H 50g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Szynka got Delika z indyka 50g ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Ser żółty 50g ( <i>MLE</i> ), Ogórek św. 80g, <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski b/lakt 150g ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2494.96 kcal; Energia: 8272.99 kJ; Białko ogółem: 72.14 g; białko zwierzęce: 33.49 g; białko roślinne: 21.95 g; Tłuszcz: 60.55 g; Węglowodany ogółem: 405.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.41 g; Sód: 1907.76 mg; Potas: 2803.72 mg; Wapń: 958.89 mg; Fosfor: 1029.41 mg; Błonnik pokarmowy: 18.44 g; suma cukrów prostych: 95.21 g; Woda: 906.18 g; Popiół: 11.93 g;		

Dietetyk **Klaudia Sobkowicz**

Dietetyk kliniczny