

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-01-03		
Dieta: PODSTAWOWA		
Kasza manna na mleku 300g (GLU, MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Chleb razowy KG 40g (GLU), Chleb mieszany KG 60g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szynek wp. 70g , Ogórek konserwowy 65g (GOR), Sałata masłowa kg 10g ,	Rosół 300ml (GLU, SEL), Udziec z kurczaka pieczony 160g , Ziemniaki 200g , Marchewka z groszkiem 150g (GLU), Kompot 250g ,	Herbata 250g , Chleb mieszany KG 30g (GLU), Chleb razowy KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szynek wp. gotowana 70g , ogórek spod osłon krótki 100g , Pasta brokułowa 80g , Pieczywo chrupkie żytnie 15g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2504.41 kcal; Białko ogółem: 113.29 g; Węglowodany ogółem: 309.60 g; Tłuszcz: 91.82 g; Sól: 9.16 g; Błonnik pokarmowy: 32.69 g; suma cukrów prostych: 61.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.28 g;		
środa 2024-01-03		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
Kasza manna na mleku 300g (GLU, MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szynek wp. 70g , pomidor spod osłon 100g , Sałata masłowa kg 10g ,	Rosół 300ml (GLU, SEL), Udziec z kurczaka pieczony 160g , Ziemniaki 200g , Marchewka z groszkiem 150g (GLU), Kompot 250g ,	Herbata 250g , Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szynek wp. gotowana 70g , pomidor spod osłon 100g , Pasta brokułowa 80g , Pieczywo chrupkie żytnie 15g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2472.53 kcal; Białko ogółem: 111.57 g; Węglowodany ogółem: 299.91 g; Tłuszcz: 95.02 g; Sól: 8.28 g; Błonnik pokarmowy: 22.87 g; suma cukrów prostych: 65.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.34 g;		
środa 2024-01-03		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Kawa mleczna b/c 250g (GLU, MLE), Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szynek wp. 70g , pomidor spod osłon 100g , Sałata masłowa kg 10g , II Śniadanie: twaróg półtłusty 50g (MLE), Chleb razowy KG 40g (GLU),	Rosół 300ml (GLU, SEL), Udziec z kurczaka pieczony 160g , Ziemniaki 200g , Surówka z marchewki i jabłka 150g , Kompot b/c 250g , jabłka champion 150g ,	Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), Herbata b/c 250g , Szynek wp. gotowana 70g , ogórek spod osłon krótki 100g , Pasta brokułowa 80g , Pieczywo chrupkie żytnie 15g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2490.08 kcal; Białko ogółem: 113.94 g; Węglowodany ogółem: 292.91 g; Tłuszcz: 95.50 g; Sól: 10.63 g; Błonnik pokarmowy: 39.55 g; suma cukrów prostych: 47.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.02 g;		
środa 2024-01-03		
Dieta: 2 ŚNIADANIE DZIECI		
II Śniadanie: banany 150g ,		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 145.50 kcal; Białko ogółem: 1.50 g; Węglowodany ogółem: 35.25 g; Tłuszcz: 0.45 g; Sól: 0.00 g; Błonnik pokarmowy: 2.55 g; suma cukrów prostych: 28.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.18 g;		
środa 2024-01-03		
Dieta: PODWIECZOREK DZIECI		
	Podwieczorek: Ciasteczka kokosowo-owsiane 120g (GLU, JAJ),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 561.66 kcal; Białko ogółem: 18.11 g; Węglowodany ogółem: 87.17 g; Tłuszcz: 17.29 g; Sól: 0.19 g; Błonnik pokarmowy: 7.74 g; suma cukrów prostych: 8.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 6.93 g;		
środa 2024-01-03		
Dieta: 2 ŚNIADANIE CUKRZYCA PATOLOGIA CIAŻY + POŁOŻNICTWO		
II Śniadanie: ser żółty twardy 30g (MLE), Chleb razowy KG 40g (GLU),		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 186.50 kcal; Białko ogółem: 10.47 g; Węglowodany ogółem: 18.03 g; Tłuszcz: 7.58 g; Sól: 0.94 g; Błonnik pokarmowy: 2.64 g; suma cukrów prostych: 0.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 4.20 g;		
środa 2024-01-03		
Dieta: PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA		
	Podwieczorek: twaróg półtłusty 50g (MLE), Chleb razowy KG 40g (GLU),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 158.00 kcal; Białko ogółem: 11.99 g; Węglowodany ogółem: 19.85 g; Tłuszcz: 2.91 g; Sól: 0.54 g; Błonnik pokarmowy: 2.64 g; suma cukrów prostych: 1.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.40 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-01-04 Dieta: PODSTAWOWA		
Płatki owsiane na mleku 300g (GLU, MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Chleb razowy KG 40g (GLU), Chleb mieszany KG 60g (GLU), masło extra 15g (MLE), szynka pieczona 70g , Rzodkiewka plastry 30g , Sałata masłowa kg 10g ,	Kompot 250g , Pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL, GOR), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Filet z kurczaka ze szpinakiem 120g , Surówka z białej kapusty 150g (JAJ),	Herbata 250g , Chleb razowy KG 80g (GLU), Chleb mieszany KG 30g (GLU), masło extra 15g (MLE), Polędwica wp. bez osłony 70g , ogórek spod osłon krótki 100g , Maślanka naturalna 1,5% 330ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2285.17 kcal; Białko ogółem: 116.98 g; Węglowodany ogółem: 302.99 g; Tłuszcz: 69.15 g; Sól: 7.22 g; Błonnik pokarmowy: 28.06 g; suma cukrów prostych: 63.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.89 g;		
czwartek 2024-01-04 Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
Płatki owsiane na mleku 300g (GLU, MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), szynka pieczona 70g , pomidor spod osłon 100g , Sałata masłowa kg 10g ,	Pomidorowa z ryżem 300ml (MLE, SEL, GOR), Filet z kurczaka ze szpinakiem 120g , Marchew gotowana plastry 200g , Kompot 250g , Kasza jęczmienna 200g (GLU),	Herbata 250g , Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Polędwica wp. bez osłony 70g , pomidor spod osłon 100g , Maślanka naturalna 1,5% 330ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2271.54 kcal; Białko ogółem: 115.14 g; Węglowodany ogółem: 299.92 g; Tłuszcz: 72.32 g; Sól: 5.74 g; Błonnik pokarmowy: 21.78 g; suma cukrów prostych: 70.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.11 g;		
czwartek 2024-01-04 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Kawa mleczna b/c 250g (GLU, MLE), Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), szynka pieczona 70g , Rzodkiewka plastry 30g , Sałata masłowa kg 10g , II Śniadanie: Chleb razowy KG 40g (GLU), ser żółty twardy 30g (MLE),	Pomidorowa z ryżem brązowym 300ml (MLE, SEL, GOR), Filet z kurczaka ze szpinakiem 120g , Kasza jęczmienna 200g (GLU), Surówka z białej kapusty 150g (JAJ), Kompot b/c 250g , jabłka champion 150g ,	Herbata b/c 250g , Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), Polędwica wp. bez osłony 70g , ogórek spod osłon krótki 100g , Maślanka naturalna 1,5% 330ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2244.56 kcal; Białko ogółem: 116.80 g; Węglowodany ogółem: 286.06 g; Tłuszcz: 70.99 g; Sól: 8.34 g; Błonnik pokarmowy: 37.36 g; suma cukrów prostych: 40.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.89 g;		
czwartek 2024-01-04 Dieta: 2 ŚNIADANIE DZIECI		
II Śniadanie: pomarańcze 200g ,		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 94.00 kcal; Białko ogółem: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 22.60 g; Tłuszcz: 0.40 g; Sól: 1.60 g; Błonnik pokarmowy: 380.00 g; suma cukrów prostych: 1740.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 4.00 g;		
czwartek 2024-01-04 Dieta: PODWIECZOREK DZIECI		
	Podwieczorek: Serik na zimno 90g (MLE),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 106.15 kcal; Białko ogółem: 13.63 g; Węglowodany ogółem: 7.60 g; Tłuszcz: 2.40 g; Sól: 0.06 g; Błonnik pokarmowy: 0.18 g; suma cukrów prostych: 7.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.40 g;		
czwartek 2024-01-04 Dieta: 2 ŚNIADANIE CUKRZYCA PATOLOGIA CIAŻY + POŁOŻNICTWO		
II Śniadanie: jaja 1szt (JAJ), Chleb razowy KG 40g (GLU),		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 176.00 kcal; Białko ogółem: 10.14 g; Węglowodany ogółem: 18.36 g; Tłuszcz: 6.38 g; Sól: 0.69 g; Błonnik pokarmowy: 2.64 g; suma cukrów prostych: 0.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.80 g;		
czwartek 2024-01-04 Dieta: PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA		
	Podwieczorek: twaróg półtłusty 50g (MLE), Chleb razowy KG 40g (GLU),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 158.00 kcal; Białko ogółem: 11.99 g; Węglowodany ogółem: 19.85 g; Tłuszcz: 2.91 g; Sól: 0.54 g; Błonnik pokarmowy: 2.64 g; suma cukrów prostych: 1.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.40 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-01-05		
Dieta: PODSTAWOWA		
Kasza manna na mleku 300g (GLU, MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Chleb mieszany KG 60g (GLU), Chleb razowy KG 40g (GLU), masło extra 15g (MLE), Sałata masłowa kg 10g , twaróg półtłusty 100g (MLE), ogórek spod osłon krótki 100g ,	Barszcz ukraiński 300ml (GLU, MLE, SEL), Kompot 250g , Pierogi ruskie 250g (GLU, MLE),	masło extra 15g (MLE), ser żółty twardy 70g (MLE), Sałatka z pekińską, pomidorem i kukurydzą 100g , Herbata 250g , Chleb mieszany KG 30g (GLU), Chleb razowy KG 80g (GLU), serek wiejski light 150g 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2609.11 kcal; Białko ogółem: 121.33 g; Węglowodany ogółem: 350.86 g; Tłuszcz: 81.39 g; Sól: 5.41 g; Błonnik pokarmowy: 30.07 g; suma cukrów prostych: 68.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.41 g;		
piątek 2024-01-05		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
Kasza manna na mleku 300g (GLU, MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), jaja 1szt (JAJ), Sałata masłowa kg 10g , pomidor spod osłon 100g ,	Kapuśniak light 300ml (GLU, SEL, GOR), Kompot 250g , Makaron z mussem jabłkowym i jogurtem 300g (GLU, MLE),	Bułka pszenna KG 80g (GLU), Sałatka z pekińską, pomidorem i kukurydzą 100g , masło extra 15g (MLE), twaróg półtłusty 100g (MLE), Herbata 250g , serek wiejski light 150g 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2161.50 kcal; Białko ogółem: 89.32 g; Węglowodany ogółem: 308.48 g; Tłuszcz: 65.43 g; Sól: 3.48 g; Błonnik pokarmowy: 16.10 g; suma cukrów prostych: 76.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.83 g;		
piątek 2024-01-05		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Kawa mleczna b/c 250g (GLU, MLE), Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), twaróg półtłusty 100g (MLE), Sałata masłowa kg 10g , ogórek spod osłon krótki 100g , II Śniadanie: Chleb razowy KG 40g (GLU), filet z piersi indyka-wędzony 30g ,	Kapuśniak light 300ml (GLU, SEL, GOR), Kompot b/c 250g , jabłka champion 150g , Makaron razowy z musem jabłkowym i jogurtem 300g (GLU, MLE),	Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), ser żółty twardy 70g (MLE), Sałatka z pekińską, pomidorem i kukurydzą 100g , Herbata b/c 250g , serek wiejski light 150g 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1958.70 kcal; Białko ogółem: 91.34 g; Węglowodany ogółem: 245.34 g; Tłuszcz: 66.90 g; Sól: 6.49 g; Błonnik pokarmowy: 34.05 g; suma cukrów prostych: 57.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.26 g;		
piątek 2024-01-05		
Dieta: 2 ŚNIADANIE DZIECI		
II Śniadanie: jabłka champion 150g ,		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 75.00 kcal; Białko ogółem: 0.60 g; Węglowodany ogółem: 18.15 g; Tłuszcz: 0.60 g; Sól: 0.01 g; Błonnik pokarmowy: 3.00 g; suma cukrów prostych: 14.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.06 g;		
piątek 2024-01-05		
Dieta: PODWIECZOREK DZIECI		
	Podwieczorek: Mufinki z jabłkami i cynamonem 100g (GLU, JAJ, MLE),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 256.18 kcal; Białko ogółem: 6.57 g; Węglowodany ogółem: 33.54 g; Tłuszcz: 10.83 g; Sól: 0.12 g; Błonnik pokarmowy: 0.98 g; suma cukrów prostych: 17.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 5.72 g;		
piątek 2024-01-05		
Dieta: 2 ŚNIADANIE CUKRZYCA PATOLOGIA CIAŻY + POŁOŻNICTWO		
II Śniadanie: twaróg półtłusty 50g (MLE), Chleb razowy KG 40g (GLU),		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 158.00 kcal; Białko ogółem: 11.99 g; Węglowodany ogółem: 19.85 g; Tłuszcz: 2.91 g; Sól: 0.54 g; Błonnik pokarmowy: 2.64 g; suma cukrów prostych: 1.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.40 g;		
piątek 2024-01-05		
Dieta: PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA		
	Podwieczorek: ser żółty twardy 30g (MLE), Chleb razowy KG 40g (GLU),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 186.50 kcal; Białko ogółem: 10.47 g; Węglowodany ogółem: 18.03 g; Tłuszcz: 7.58 g; Sól: 0.94 g; Błonnik pokarmowy: 2.64 g; suma cukrów prostych: 0.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 4.20 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-01-06		
Dieta: PODSTAWOWA		
Makaron zacierka na mleku 300g (GLU, MLE), Chleb mieszany KG 60g (GLU), Chleb razowy KG 40g (GLU), masło extra 15g (MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Polędwica wp. bez osłony 70g , ogórek kwaszony 40g , Sałata masłowa kg 10g ,	Selerowa 300ml (GLU, SEL), Strogonow 150g (GOR), Ziemniaki 200g , Surówka z białej kapusty 150g (JAJ), Kompot 250g ,	Herbata 250g , Chleb razowy KG 80g (GLU), Chleb mieszany KG 30g (GLU), szynka pieczona 70g , masło extra 15g (MLE), pomidor spod osłon 100g , Kefir 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2299.50 kcal; Białko ogółem: 105.80 g; Węglowodany ogółem: 302.82 g; Tłuszcz: 76.70 g; Sól: 7.79 g; Błonnik pokarmowy: 31.99 g; suma cukrów prostych: 61.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.77 g;		
sobota 2024-01-06		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
Makaron zacierka na mleku 300g (GLU, MLE), Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Polędwica wp. bez osłony 70g , pomidor spod osłon 100g , Sałata masłowa kg 10g ,	Selerowa 300ml (GLU, SEL), Strogonow 150g (GOR), Ziemniaki 200g , Buraki gotowane 200g (GLU), Kompot 250g ,	Herbata 250g , Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), szynka pieczona 70g , pomidor spod osłon 100g , Kefir 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2381.59 kcal; Białko ogółem: 105.56 g; Węglowodany ogółem: 310.75 g; Tłuszcz: 84.16 g; Sól: 6.67 g; Błonnik pokarmowy: 22.77 g; suma cukrów prostych: 78.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.97 g;		
sobota 2024-01-06		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), Kawa mleczna b/c 250g (GLU, MLE), Polędwica wp. bez osłony 70g , ogórek kwaszony 40g , Sałata masłowa kg 10g , II Śniadanie: Chleb razowy KG 30g (GLU), ser żółty twardy 30g (MLE),	Selerowa 300ml (GLU, SEL), Strogonow 150g (GOR), Ziemniaki 200g , Surówka z białej kapusty 150g (JAJ), Kompot b/c 250g , jabłka champion 150g ,	masło extra 15g (MLE), szynka pieczona 70g , Herbata b/c 250g , pomidor spod osłon 100g , Chleb razowy KG 120g (GLU), Kefir 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2310.00 kcal; Białko ogółem: 108.23 g; Węglowodany ogółem: 289.55 g; Tłuszcz: 81.47 g; Sól: 8.89 g; Błonnik pokarmowy: 40.33 g; suma cukrów prostych: 48.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.07 g;		
sobota 2024-01-06		
Dieta: 2 ŚNIADANIE DZIECI		
Jabłko pieczone 150g ,		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 75.00 kcal; Białko ogółem: 0.60 g; Węglowodany ogółem: 18.15 g; Tłuszcz: 0.60 g; Sól: 0.01 g; Błonnik pokarmowy: 3.00 g; suma cukrów prostych: 14.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.06 g;		
sobota 2024-01-06		
Dieta: PODWIECZOREK DZIECI		
	Podwieczorek: Jogurt truskawkowy- na bazie jogurtu naturalnego 120g (MLE),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 66.60 kcal; Białko ogółem: 4.44 g; Węglowodany ogółem: 7.72 g; Tłuszcz: 2.08 g; Sól: 0.16 g; Błonnik pokarmowy: 0.36 g; suma cukrów prostych: 5.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.19 g;		
sobota 2024-01-06		
Dieta: 2 ŚNIADANIE CUKRZYCA PATOLOGIA CIĄŻY + POŁOŻNICTWO		
II Śniadanie: ser żółty twardy 30g (MLE), Chleb razowy KG 40g (GLU),		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 186.50 kcal; Białko ogółem: 10.47 g; Węglowodany ogółem: 18.03 g; Tłuszcz: 7.58 g; Sól: 0.94 g; Błonnik pokarmowy: 2.64 g; suma cukrów prostych: 0.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 4.20 g;		
sobota 2024-01-06		
Dieta: PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA		
	Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g (MLE),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 60.00 kcal; Białko ogółem: 4.30 g; Węglowodany ogółem: 6.20 g; Tłuszcz: 2.00 g; Sól: 0.16 g; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 4.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.19 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-01-07		
Dieta: PODSTAWOWA		
Płatki kukurydziane na mleku 300g (<i>MLE</i>), Kawa mleczna 250g (<i>GLU, MLE</i>), Szynkówka wp. 70g , masło extra 15g (<i>MLE</i>), Chleb razowy KG 40g (<i>GLU</i>), Chleb mieszany KG 60g (<i>GLU</i>), ogórek spod osłon krótki 100g , Sałata masłowa kg 10g ,	Kompot 250g , Krupnik 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Ryż biały gotowany 150g , Klopsiki drobiowe w sosie koperkowym 140g (<i>GLU, JAJ</i>), Fasolka szparagowa 160g ,	Herbata 250g , Polędwica wp. bez osłony 70g , masło extra 15g (<i>MLE</i>), pomidor spod osłon 100g , Chleb mieszany KG 30g (<i>GLU</i>), Chleb razowy KG 80g (<i>GLU</i>), Jogurt naturalny 150g (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2195.02 kcal; Białko ogółem: 95.15 g; Węglowodany ogółem: 311.31 g; Tłuszcz: 64.85 g; Sól: 8.81 g; Błonnik pokarmowy: 27.01 g; suma cukrów prostych: 60.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.68 g;		
niedziela 2024-01-07		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
Płatki kukurydziane na mleku 300g (<i>MLE</i>), Kawa mleczna 250g (<i>GLU, MLE</i>), Szynkówka wp. 70g , masło extra 15g (<i>MLE</i>), Bułka pszenna KG 80g (<i>GLU</i>), pomidor spod osłon 100g , Sałata masłowa kg 10g ,	Kompot 250g , Krupnik 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Ryż biały gotowany 150g , Klopsiki drobiowe w sosie koperkowym 140g (<i>GLU, JAJ</i>), Marchew gotowana 200g (<i>GLU</i>),	Herbata 250g , Polędwica wp. bez osłony 70g , masło extra 15g (<i>MLE</i>), pomidor spod osłon 100g , Bułka pszenna KG 80g (<i>GLU</i>), Jogurt naturalny 150g (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2183.35 kcal; Białko ogółem: 91.78 g; Węglowodany ogółem: 310.56 g; Tłuszcz: 67.77 g; Sól: 9.69 g; Błonnik pokarmowy: 20.33 g; suma cukrów prostych: 70.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.66 g;		
niedziela 2024-01-07		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Kawa mleczna b/c 250g (<i>GLU, MLE</i>), Szynkówka wp. 70g , masło extra 15g (<i>MLE</i>), Chleb razowy KG 120g (<i>GLU</i>), ogórek spod osłon krótki 100g , Sałata masłowa kg 10g , II Śniadanie: Chleb razowy KG 40g (<i>GLU</i>), ser żółty twardy 30g (<i>MLE</i>),	Kompot 250g , Krupnik 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Ryż brązowy 150g , Klopsiki drobiowe w sosie koperkowym 140g (<i>GLU, JAJ</i>), Fasolka szparagowa 160g , jabłka champion 150g ,	Herbata 250g , Polędwica wp. bez osłony 70g , masło extra 15g (<i>MLE</i>), pomidor spod osłon 100g , Chleb razowy KG 120g (<i>GLU</i>), Jogurt naturalny 150g (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2265.17 kcal; Białko ogółem: 97.36 g; Węglowodany ogółem: 316.78 g; Tłuszcz: 68.82 g; Sól: 9.07 g; Błonnik pokarmowy: 40.09 g; suma cukrów prostych: 56.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.08 g;		
niedziela 2024-01-07		
Dieta: 2 ŚNIADANIE DZIECI		
II Śniadanie: banany 150g ,		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 145.50 kcal; Białko ogółem: 1.50 g; Węglowodany ogółem: 35.25 g; Tłuszcz: 0.45 g; Sól: 0.00 g; Błonnik pokarmowy: 2.55 g; suma cukrów prostych: 28.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.18 g;		
niedziela 2024-01-07		
Dieta: PODWIECZOREK DZIECI		
	Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g , dżem - różne smaki 10g ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 97.60 kcal; Białko ogółem: 1.81 g; Węglowodany ogółem: 22.01 g; Tłuszcz: 0.62 g; Sól: 0.01 g; Błonnik pokarmowy: 1.61 g; suma cukrów prostych: 6.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.07 g;		
niedziela 2024-01-07		
Dieta: 2 ŚNIADANIE CUKRZYCA PATOLOGIA CIAŻY + POŁOŻNICTWO		
II Śniadanie: jaja 1szt (<i>JAJ</i>), Chleb razowy KG 40g (<i>GLU</i>),		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 176.00 kcal; Białko ogółem: 10.14 g; Węglowodany ogółem: 18.36 g; Tłuszcz: 6.38 g; Sól: 0.69 g; Błonnik pokarmowy: 2.64 g; suma cukrów prostych: 0.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.80 g;		
niedziela 2024-01-07		
Dieta: PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA		
	Podwieczorek: ser żółty twardy 30g (<i>MLE</i>), Chleb razowy KG 40g (<i>GLU</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 186.50 kcal; Białko ogółem: 10.47 g; Węglowodany ogółem: 18.03 g; Tłuszcz: 7.58 g; Sól: 0.94 g; Błonnik pokarmowy: 2.64 g; suma cukrów prostych: 0.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 4.20 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-01-08		
Dieta: PODSTAWOWA		
Ryż na mleku 300g (MLE), Chleb razowy KG 40g (GLU), Chleb mieszany KG 60g (GLU), masło extra 15g (MLE), ser żółty twardy 30g (MLE), szynka pieczona 40g, Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Sałatka z pekińską, pomidorem i kukurydzą 100g,	Paprykowa 300ml (SEL), Schab duszony w sosie pieczeniowym 120g (GLU), Ziemniaki 200g, Buraki gotowane 150g (GLU), Kompot 250g,	Chleb mieszany KG 30g (GLU), Chleb razowy KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szynka wp. gotowana 70g, Herbata 250g, pomidor spod osłon 100g, serek wiejski light 150g 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2309.86 kcal; Białko ogółem: 113.89 g; Węglowodany ogółem: 287.47 g; Tłuszcz: 78.91 g; Sól: 10.05 g; Błonnik pokarmowy: 26.53 g; suma cukrów prostych: 80.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.29 g;		
poniedziałek 2024-01-08		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
Ryż na mleku 300g (MLE), Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), szynka pieczona 40g, Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Sałatka z pekińską, pomidorem i kukurydzą 100g, twaróg półtusty 50g (MLE),	Jarzykowa 300ml (GLU, MLE), Schab duszony w sosie pieczeniowym 120g (GLU), Ziemniaki 200g, Buraki gotowane 150g (GLU), Kompot 250g,	Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szynka wp. gotowana 70g, Herbata 250g, pomidor spod osłon 100g, serek wiejski light 150g 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2381.52 kcal; Białko ogółem: 117.23 g; Węglowodany ogółem: 309.17 g; Tłuszcz: 77.43 g; Sól: 7.84 g; Błonnik pokarmowy: 17.44 g; suma cukrów prostych: 82.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.20 g;		
poniedziałek 2024-01-08		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), szynka pieczona 40g, Kawa mleczna b/c 250g (GLU, MLE), Sałatka z pekińską, pomidorem i kukurydzą 100g, ser żółty twardy 30g (MLE), II Śniadanie: Chleb razowy KG 40g (GLU), filet z piersi indyka-wędzony 30g,	Paprykowa 300ml (SEL), Schab duszony w sosie pieczeniowym 120g (GLU), Ziemniaki 200g, Kalafor gotowany 200g, Kompot b/c 250g, jabłka champion 150g,	Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szynka wp. gotowana 70g, pomidor spod osłon 100g, Herbata b/c 250g, serek wiejski light 150g 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2117.43 kcal; Białko ogółem: 115.46 g; Węglowodany ogółem: 250.95 g; Tłuszcz: 71.94 g; Sól: 10.43 g; Błonnik pokarmowy: 36.80 g; suma cukrów prostych: 41.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.52 g;		
poniedziałek 2024-01-08		
Dieta: 2 ŚNIADANIE DZIECI		
II Śniadanie: gruszki 150g,		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 87.00 kcal; Białko ogółem: 0.90 g; Węglowodany ogółem: 21.60 g; Tłuszcz: 0.30 g; Sól: 0.01 g; Błonnik pokarmowy: 3.15 g; suma cukrów prostych: 14.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.06 g;		
poniedziałek 2024-01-08		
Dieta: PODWIECZOREK DZIECI		
	Podwieczorek: Kisiel owocowy 150g,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 55.65 kcal; Białko ogółem: 0.03 g; Węglowodany ogółem: 13.91 g; Tłuszcz: 0.00 g; Sól: 0.03 g; Błonnik pokarmowy: 0.02 g; suma cukrów prostych: 9.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.00 g;		
poniedziałek 2024-01-08		
Dieta: 2 ŚNIADANIE CUKRZYCA PATOLOGIA CIAŻY + POŁOŻNICTWO		
II Śniadanie: ser żółty twardy 30g (MLE), Chleb razowy KG 40g (GLU),		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 186.50 kcal; Białko ogółem: 10.47 g; Węglowodany ogółem: 18.03 g; Tłuszcz: 7.58 g; Sól: 0.94 g; Błonnik pokarmowy: 2.64 g; suma cukrów prostych: 0.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 4.20 g;		
poniedziałek 2024-01-08		
Dieta: PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA		
	Podwieczorek: twaróg półtusty 50g (MLE), Chleb razowy KG 40g (GLU), dżem - różne smaki 10g,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 183.00 kcal; Białko ogółem: 12.02 g; Węglowodany ogółem: 26.08 g; Tłuszcz: 2.93 g; Sól: 0.54 g; Błonnik pokarmowy: 2.73 g; suma cukrów prostych: 7.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.40 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-01-09		
Dieta: PODSTAWOWA		
Makaron zacierka na mleku 300g (GLU, MLE), Chleb mieszany KG 60g (GLU), Chleb razowy KG 40g (GLU), masło extra 15g (MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Pasta z makreli 100g (JAJ, RYB), pomidor spod osłon 100g, Sałata masłowa kg 10g,	Kompot 250g, Pieczarkowa z ziemniakami 300ml (GLU, MLE, SEL), Kluski leniwe 250g (GLU, JAJ, MLE), Surówka z marchewki i jabłka 200g,	Ogórek konserwowy 65g (GOR), Chleb mieszany KG 30g (GLU), Chleb razowy KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Herbata 250g, twaróg z natką pietruszki 100g (MLE), Maślanka naturalna 1,5% 330ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2639.09 kcal; Białko ogółem: 117.02 g; Węglowodany ogółem: 350.05 g; Tłuszcz: 88.07 g; Sól: 8.20 g; Błonnik pokarmowy: 30.76 g; suma cukrów prostych: 83.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.34 g;		
wtorek 2024-01-09		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
Makaron zacierka na mleku 300g (GLU, MLE), Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Pasta jajeczna z tuńczykiem 100g (JAJ, RYB), pomidor spod osłon 100g, Sałata masłowa kg 10g,	Kompot 250g, Solferino 300ml (GLU, MLE, GOR), Kluski leniwe 250g (GLU, JAJ, MLE), Marchew gotowana 150g (GLU),	Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Herbata 250g, twaróg z natką pietruszki 100g (MLE), pomidor spod osłon 100g, Maślanka naturalna 1,5% 330ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2470.24 kcal; Białko ogółem: 109.57 g; Węglowodany ogółem: 327.91 g; Tłuszcz: 83.47 g; Sól: 5.48 g; Błonnik pokarmowy: 18.01 g; suma cukrów prostych: 81.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.17 g;		
wtorek 2024-01-09		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), Herbata b/c 250g, Pasta z makreli 100g (JAJ, RYB), Ogórek konserwowy 35g (GOR), Sałata masłowa kg 10g, II Śniadanie: Chleb razowy KG 40g (GLU), Szyunka wp. gotowana 30g,	Kompot b/c 250g, Solferino 300ml (GLU, MLE, GOR), Kluski leniwe 250g (GLU, JAJ, MLE), Surówka z marchewki i jabłka 200g, jabłka champion 150g,	Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), Herbata b/c 250g, twaróg z natką pietruszki 100g (MLE), pomidor spod osłon 100g, Maślanka naturalna 1,5% 330ml (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2491.77 kcal; Białko ogółem: 111.07 g; Węglowodany ogółem: 323.94 g; Tłuszcz: 84.28 g; Sól: 9.13 g; Błonnik pokarmowy: 38.47 g; suma cukrów prostych: 60.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.29 g;		
wtorek 2024-01-09		
Dieta: 2 ŚNIADANIE DZIECI		
II Śniadanie: banany 150g,		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 145.50 kcal; Białko ogółem: 1.50 g; Węglowodany ogółem: 35.25 g; Tłuszcz: 0.45 g; Sól: 0.00 g; Błonnik pokarmowy: 2.55 g; suma cukrów prostych: 28.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.18 g;		
wtorek 2024-01-09		
Dieta: PODWIECZOREK DZIECI		
	Podwieczorek: Galaretką 100g,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 0.00 kcal; Białko ogółem: 0.00 g; Węglowodany ogółem: 0.00 g; Tłuszcz: 0.00 g; Sól: 0.00 g; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 0.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.00 g;		
wtorek 2024-01-09		
Dieta: 2 ŚNIADANIE CUKRZYCA PATOLOGIA CIĄŻY + POŁOŻNICTWO		
Jogurt naturalny 150g (MLE),		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 60.00 kcal; Białko ogółem: 4.30 g; Węglowodany ogółem: 6.20 g; Tłuszcz: 2.00 g; Sól: 0.16 g; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 4.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.19 g;		
wtorek 2024-01-09		
Dieta: PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA		
	Podwieczorek: ser żółty twardy 30g (MLE), Chleb razowy KG 40g (GLU),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 186.50 kcal; Białko ogółem: 10.47 g; Węglowodany ogółem: 18.03 g; Tłuszcz: 7.58 g; Sól: 0.94 g; Błonnik pokarmowy: 2.64 g; suma cukrów prostych: 0.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 4.20 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny