

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-01-24</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
Makaron muszelka na mleku 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa mleczna 250g ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb mieszany KG 60g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Szynek wp. 70g , ogórek spod osłon krótki 100g , Salata maslowa kg 10g ,	Zupa meksykańska 300ml ( <b>GOR</b> ), Pierś z kurczaka pieczona 120g , Ziemniaki 200g , Surówka z czerwonej kapusty 150g , Kompot owocowy 250g , Sos serowy 20g ( <b>GLU, MLE</b> ),	Herbata 250g , Chleb mieszany KG 30g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy KG 80g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Szynek wp. gotowana 70g , pomidor spod osłon 100g , Pasta brokułowa 80g , Pieczywo chrupkie żytnie 20g ( <b>GLU</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2309.87 kcal; Białko ogółem: 98.07 g; Węglowodany ogółem: 291.58 g; Tłuszcz: 84.03 g; Sól: 8.08 g; Błonnik pokarmowy: 30.72 g; suma cukrów prostych: 69.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.22 g;		
<b>środa 2024-01-24</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
Makaron muszelka na mleku 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa mleczna 250g ( <b>GLU, MLE</b> ), Bułka pszenna KG 80g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Szynek wp. 70g , pomidor spod osłon 100g , Salata maslowa kg 10g ,	Zacierkowa 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Pierś z kurczaka pieczona 120g , Ziemniaki 200g , Surówka z kapusty pekińskiej 150g ( <b>GOR</b> ), Kompot owocowy 250g , Sos jarzynowy 20g ( <b>GLU, SEL</b> ),	Herbata 250g , Bułka pszenna KG 80g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Szynek wp. gotowana 70g , pomidor spod osłon 100g , Pasta brokułowa 80g , Wafle ryżowe 20g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2335.15 kcal; Białko ogółem: 98.06 g; Węglowodany ogółem: 307.20 g; Tłuszcz: 82.63 g; Sól: 7.24 g; Błonnik pokarmowy: 18.35 g; suma cukrów prostych: 67.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.99 g;		
<b>środa 2024-01-24</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Kawa mleczna b/c 250g ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb razowy KG 120g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Szynek wp. 70g , ogórek spod osłon krótki 100g , Salata maslowa kg 10g , <b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ), twaróg półtłusty 50g ( <b>MLE</b> ),	Zupa meksykańska 300ml ( <b>GOR</b> ), Pierś z kurczaka pieczona 120g , Ziemniaki 200g , Surówka z czerwonej kapusty 150g , Kompot owocowy b/c 250g , jabłka champion 150g , Sos jarzynowy 20g ( <b>GLU, SEL</b> ),	Herbata b/c 250g , Chleb razowy KG 120g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Szynek wp. gotowana 70g , pomidor spod osłon 100g , Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ), Pasta brokułowa 80g , Pieczywo chrupkie żytnie 20g ( <b>GLU</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2331.65 kcal; Białko ogółem: 101.68 g; Węglowodany ogółem: 292.33 g; Tłuszcz: 82.65 g; Sól: 9.25 g; Błonnik pokarmowy: 42.39 g; suma cukrów prostych: 47.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.43 g;		
<b>środa 2024-01-24</b>		
<b>Dieta: 2 ŚNIADANIE DZIECI</b>		
<b>II Śniadanie:</b> pomarańcze 150g ,		
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 70.50 kcal; Białko ogółem: 1.35 g; Węglowodany ogółem: 16.95 g; Tłuszcz: 0.30 g; Sól: 0.01 g; Błonnik pokarmowy: 2.85 g; suma cukrów prostych: 13.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.03 g;		
<b>środa 2024-01-24</b>		
<b>Dieta: PODWIECZOREK DZIECI</b>		
	<b>Podwieczorek:</b> Płatie mleczko 100g ( <b>MLE</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 136.68 kcal; Białko ogółem: 10.15 g; Węglowodany ogółem: 17.33 g; Tłuszcz: 3.01 g; Sól: 0.17 g; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 17.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.79 g;		
<b>środa 2024-01-24</b>		
<b>Dieta: 2 ŚNIADANIE CUKRZYCA PATOLOGIA CIAŻY + POŁOŻNICTWO</b>		
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ), ser żółty twardy 30g ( <b>MLE</b> ),		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>środa 2024-01-24</b>		
<b>Dieta: PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA</b>		
	<b>Podwieczorek:</b> Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ), twaróg półtłusty 50g ( <b>MLE</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> 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
<b>czwartek 2024-01-25</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 300g ( <i>MLE</i> ), Kawa mleczna 250g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb mieszany KG 60g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy KG 40g ( <i>GLU</i> ), masło extra 15g ( <i>MLE</i> ), Polędwica wp. bez osłony 50g, serek kremowy 20g ( <i>MLE</i> ), Sałata masłowa kg 10g, papryka świeża, kolorowa 100g,	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml ( <i>MLE, SEL</i> ), Bukiet warzyw na parze 200g, Kompot owocowy 250g, Makaron z sosem bolońskim 300g ( <i>GLU, GOR</i> ),	Herbata 250g, Chleb razowy KG 80g ( <i>GLU</i> ), Chleb mieszany KG 30g ( <i>GLU</i> ), masło extra 15g ( <i>MLE</i> ), Szynkówka wp. 70g, Pieczywo chrupkie żytnie 20g ( <i>GLU</i> ), dżem - różne smaki 20g, Sałata z pekińską, pomidorem i kukurydzą 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2278.04 kcal; Białko ogółem: 95.37 g; Węglowodany ogółem: 333.89 g; Tłuszcz: 64.01 g; Sól: 6.13 g; Błonnik pokarmowy: 35.96 g; suma cukrów prostych: 77.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.73 g;		
<b>czwartek 2024-01-25</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 300g ( <i>MLE</i> ), Kawa mleczna 250g ( <i>GLU, MLE</i> ), Bułka pszenna KG 80g ( <i>GLU</i> ), masło extra 15g ( <i>MLE</i> ), Polędwica wp. bez osłony 70g, Sałata masłowa kg 10g, pomidor spod osłon 100g,	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml ( <i>MLE, SEL</i> ), Bukiet warzyw na parze 200g, Kompot owocowy 250g, Makaron z sosem bolońskim 300g ( <i>GLU, GOR</i> ),	Herbata 250g, Bułka pszenna KG 80g ( <i>GLU</i> ), masło extra 15g ( <i>MLE</i> ), Szynkówka wp. 70g, Wafle ryżowe 20g, dżem - różne smaki 20g, Sałata z pekińską, pomidorem i kukurydzą 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2180.04 kcal; Białko ogółem: 94.57 g; Węglowodany ogółem: 320.51 g; Tłuszcz: 62.10 g; Sól: 5.18 g; Błonnik pokarmowy: 22.78 g; suma cukrów prostych: 75.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.83 g;		
<b>czwartek 2024-01-25</b> <b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Kawa mleczna b/c 250g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb razowy KG 120g ( <i>GLU</i> ), masło extra 15g ( <i>MLE</i> ), Polędwica wp. bez osłony 70g, Sałata masłowa kg 10g, papryka świeża, kolorowa 100g, <b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy KG 40g ( <i>GLU</i> ), twaróg półtłusty 50g ( <i>MLE</i> ),	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml ( <i>MLE, SEL</i> ), Bukiet warzyw na parze 200g, Kompot owocowy b/c 250g, jabłka champion 150g, Makaron razowy z sosem bolońskim 300g ( <i>GLU, GOR</i> ),	Herbata b/c 250g, Chleb razowy KG 120g ( <i>GLU</i> ), masło extra 15g ( <i>MLE</i> ), Szynkówka wp. 70g, Pieczywo chrupkie żytnie 20g ( <i>GLU</i> ), Pasta z białej fasoli 100g, Sałata z pekińską, pomidorem i kukurydzą 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2118.16 kcal; Białko ogółem: 99.44 g; Węglowodany ogółem: 285.68 g; Tłuszcz: 65.81 g; Sól: 7.65 g; Błonnik pokarmowy: 51.02 g; suma cukrów prostych: 50.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.24 g;		
<b>czwartek 2024-01-25</b> <b>Dieta: 2 ŚNIADANIE DZIECI</b>		
<b>II Śniadanie:</b> kiwi 90g,		
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 54.00 kcal; Białko ogółem: 0.81 g; Węglowodany ogółem: 12.51 g; Tłuszcz: 0.45 g; Sól: 0.01 g; Błonnik pokarmowy: 1.89 g; suma cukrów prostych: 8.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.11 g;		
<b>czwartek 2024-01-25</b> <b>Dieta: PODWIECZOREK DZIECI</b>		
	<b>Podwieczorek:</b> Sałata owocowa 150g,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 56.92 kcal; Białko ogółem: 0.48 g; Węglowodany ogółem: 13.97 g; Tłuszcz: 0.30 g; Sól: 0.01 g; Błonnik pokarmowy: 1.93 g; suma cukrów prostych: 10.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.05 g;		
<b>czwartek 2024-01-25</b> <b>Dieta: 2 ŚNIADANIE CUKRZYCA PATOLOGIA CIAŻY + POŁOŻNICTWO</b>		
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy KG 40g ( <i>GLU</i> ), twaróg półtłusty 50g ( <i>MLE</i> ),		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>czwartek 2024-01-25</b> <b>Dieta: PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA</b>		
	<b>Podwieczorek:</b> gruszki 150g,	
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-01-26</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
Płatki owsiane na mleku 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa mleczna 250g ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb mieszany KG 60g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g ( <b>JAJ</b> ), pomidor spod osłon 100g , Salata masłowa kg 10g ,	Porowa 300ml ( <b>GLU</b> ), Roladki rybne z warzywami 150g ( <b>GLU, RYB, MLE</b> ), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszzonej kapusty 150g , Kompot owocowy 250g ,	Herbata 250g , Chleb razowy KG 80g ( <b>GLU</b> ), Chleb mieszany KG 30g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), ser żółty twardy 70g ( <b>MLE</b> ), serek homogenizowany naturalny 1szt , ogórek kwaszony 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2566.57 kcal; Białko ogółem: 114.30 g; Węglowodany ogółem: 304.85 g; Tłuszcz: 101.01 g; Sól: 8.49 g; Błonnik pokarmowy: 29.66 g; suma cukrów prostych: 66.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.81 g;		
<b>piątek 2024-01-26</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
Płatki owsiane na mleku 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa mleczna 250g ( <b>GLU, MLE</b> ), Bułka pszenna KG 80g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Pasta jajeczna z natką pietruszki 100g ( <b>JAJ</b> ), pomidor spod osłon 100g , Salata masłowa kg 10g ,	Zupa z warzyw korzeniowych 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Roladki rybne z warzywami 150g ( <b>GLU, RYB, MLE</b> ), Ziemniaki 200g , Groszek zielony gotowany 150g ( <b>GLU</b> ), Kompot owocowy 250g ,	Herbata 250g , Bułka pszenna KG 80g ( <b>GLU</b> ), twaróg półtłusty 100g ( <b>MLE</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), serek homogenizowany naturalny 1szt , pomidor spod osłon 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2591.46 kcal; Białko ogółem: 123.50 g; Węglowodany ogółem: 326.54 g; Tłuszcz: 93.76 g; Sól: 3.43 g; Błonnik pokarmowy: 28.98 g; suma cukrów prostych: 74.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.75 g;		
<b>piątek 2024-01-26</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Kawa mleczna b/c 250g ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb razowy KG 120g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g ( <b>JAJ</b> ), pomidor spod osłon 100g , Salata masłowa kg 10g , <b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ), szynka pieczona 30g ,	Porowa 300ml ( <b>GLU</b> ), Roladki rybne z warzywami 150g ( <b>GLU, RYB, MLE</b> ), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszzonej kapusty b/c 150g , Kompot owocowy b/c 250g ,	Herbata 250g , Chleb razowy KG 120g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), ser żółty twardy 70g ( <b>MLE</b> ), serek homogenizowany naturalny 1szt , ogórek kwaszony 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2424.45 kcal; Białko ogółem: 111.71 g; Węglowodany ogółem: 277.52 g; Tłuszcz: 96.27 g; Sól: 9.75 g; Błonnik pokarmowy: 34.37 g; suma cukrów prostych: 36.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.03 g;		
<b>piątek 2024-01-26</b>		
<b>Dieta: 2 ŚNIADANIE DZIECI</b>		
<b>II Śniadanie:</b> banany 150g ,		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>piątek 2024-01-26</b>		
<b>Dieta: PODWIECZOREK DZIECI</b>		
	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 150g ( <b>MLE</b> ), rodzynki 5g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 74.30 kcal; Białko ogółem: 4.42 g; Węglowodany ogółem: 9.76 g; Tłuszcz: 2.03 g; Sól: 0.16 g; Błonnik pokarmowy: 0.33 g; suma cukrów prostych: 4.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.20 g;		
<b>piątek 2024-01-26</b>		
<b>Dieta: 2 ŚNIADANIE CUKRZYCA PATOLOGIA CIAŻY + POŁOŻNICTWO</b>		
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 150g ( <b>MLE</b> ),		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>piątek 2024-01-26</b>		
<b>Dieta: PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA</b>		
	<b>Podwieczorek:</b> Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ), twaróg półtłusty 50g ( <b>MLE</b> ), miód pszczeli 5g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 173.95 kcal; Białko ogółem: 12.01 g; Węglowodany ogółem: 23.83 g; Tłuszcz: 2.91 g; Sól: 0.54 g; Błonnik pokarmowy: 2.64 g; suma cukrów prostych: 1.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.40 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-01-27</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
Makaron zacierka na mleku 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa mleczna 250g ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb mieszany KG 60g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), szynka pieczona 70g, Sałata masłowa kg 10g, Rzodkiewka plastry 30g,	cukiniowa 300ml ( <b>GLU</b> ), Gulasz z szynki wieprzowej 160g ( <b>GLU</b> ), Kasza jęczmienna 200g ( <b>GLU</b> ), Szpinak gotowany 150g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy 250g,	Herbata 250g, Chleb razowy KG 80g ( <b>GLU</b> ), Chleb mieszany KG 30g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Polędwica wp. bez osłony 70g, Sałatka z pekińską, pomidorem i kukurydzą 100g, maślanka szt 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2192.06 kcal; Białko ogółem: 104.64 g; Węglowodany ogółem: 285.77 g; Tłuszcz: 71.64 g; Sól: 8.31 g; Błonnik pokarmowy: 26.71 g; suma cukrów prostych: 51.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.83 g;		
<b>sobota 2024-01-27</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
Makaron zacierka na mleku 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa mleczna 250g ( <b>GLU, MLE</b> ), Bułka pszenna KG 80g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), szynka pieczona 70g, Sałata masłowa kg 10g, pomidor spod osłon 100g,	cukiniowa 300ml ( <b>GLU</b> ), Gulasz z szynki wieprzowej 160g ( <b>GLU</b> ), Kasza jęczmienna 200g ( <b>GLU</b> ), Szpinak gotowany 150g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy 250g,	Herbata 250g, Bułka pszenna KG 80g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Polędwica wp. bez osłony 70g, Sałatka z pekińską, pomidorem i kukurydzą 100g, maślanka szt 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2154.16 kcal; Białko ogółem: 102.59 g; Węglowodany ogółem: 274.61 g; Tłuszcz: 74.72 g; Sól: 7.49 g; Błonnik pokarmowy: 15.83 g; suma cukrów prostych: 54.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.87 g;		
<b>sobota 2024-01-27</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Kawa mleczna b/c 250g ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb razowy KG 120g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), szynka pieczona 70g, Rzodkiewka plastry 30g, Sałata masłowa kg 10g, <b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ), twaróg półtłusty 50g ( <b>MLE</b> ),	cukiniowa 300ml ( <b>GLU</b> ), Gulasz z szynki wieprzowej 160g ( <b>GLU</b> ), Kasza jęczmienna 200g ( <b>GLU</b> ), Szpinak gotowany 150g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250g, jabłka champion 150g,	Herbata b/c 250g, Chleb razowy KG 120g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Polędwica wp. bez osłony 70g, Sałatka z pekińską, pomidorem i kukurydzą 100g, maślanka szt 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2197.06 kcal; Białko ogółem: 109.25 g; Węglowodany ogółem: 278.82 g; Tłuszcz: 71.88 g; Sól: 9.11 g; Błonnik pokarmowy: 35.71 g; suma cukrów prostych: 40.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.33 g;		
<b>sobota 2024-01-27</b>		
<b>Dieta: 2 ŚNIADANIE DZIECI</b>		
<b>II Śniadanie:</b> kiwi 90g,		
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 54.00 kcal; Białko ogółem: 0.81 g; Węglowodany ogółem: 12.51 g; Tłuszcz: 0.45 g; Sól: 0.01 g; Błonnik pokarmowy: 1.89 g; suma cukrów prostych: 8.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.11 g;		
<b>sobota 2024-01-27</b>		
<b>Dieta: PODWIECZOREK DZIECI</b>		
	<b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20g, Kisiel owocowy 150g,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 128.25 kcal; Białko ogółem: 1.81 g; Węglowodany ogółem: 29.69 g; Tłuszcz: 0.60 g; Sól: 0.04 g; Błonnik pokarmowy: 1.54 g; suma cukrów prostych: 9.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.07 g;		
<b>sobota 2024-01-27</b>		
<b>Dieta: 2 ŚNIADANIE CUKRZYCA PATOLOGIA CIAŻY + POŁOŻNICTWO</b>		
<b>II Śniadanie:</b> ser żółty twardy 30g ( <b>MLE</b> ), Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ),		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>sobota 2024-01-27</b>		
<b>Dieta: PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA</b>		
	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 150g ( <b>MLE</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		



## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-01-29</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
Płatki owsiane na mleku 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa mleczna 250g ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb mieszany KG 60g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), jaja 1szt ( <b>JAJ</b> ), ogórek kwaszony 100g, Sałata masłowa kg 10g , ser żółty twardy 20g ( <b>MLE</b> ),	Pomidorowa z ryżem brązowym 300ml ( <b>MLE, SEL, GOR</b> ), Karkówka pieczona 130g ( <b>GLU</b> ), Ziemniaki 200g, Kompot owocowy 250g, Buraki gotowane 150g ( <b>GLU</b> ),	Herbata 250g, Chleb razowy KG 80g ( <b>GLU</b> ), Chleb mieszany KG 30g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Szynka wp. gotowana 70g, papryka świeża, kolorowa 100g, serek wiejski light 150g 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2612.08 kcal; Białko ogółem: 129.34 g; Węglowodany ogółem: 298.04 g; Tłuszcz: 101.27 g; Sól: 9.53 g; Błonnik pokarmowy: 226.60 g; suma cukrów prostych: 532.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.54 g;		
<b>poniedziałek 2024-01-29</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
Płatki owsiane na mleku 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa mleczna 250g ( <b>GLU, MLE</b> ), Bułka pszenna KG 80g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), jaja 1szt ( <b>JAJ</b> ), pomidor spod osłon 100g, Sałata masłowa kg 10g, twaróg półtłusty 40g ( <b>MLE</b> ),	Pomidorowa z ryżem brązowym 300ml ( <b>MLE, SEL, GOR</b> ), Schab pieczony 110g, Ziemniaki 200g, Kompot owocowy 250g, Buraki gotowane 150g ( <b>GLU</b> ),	Herbata 250g, Bułka pszenna KG 80g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Szynka wp. gotowana 70g, pomidor spod osłon 100g, serek wiejski light 150g 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2353.37 kcal; Białko ogółem: 113.55 g; Węglowodany ogółem: 282.30 g; Tłuszcz: 88.28 g; Sól: 8.72 g; Błonnik pokarmowy: 16.55 g; suma cukrów prostych: 78.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.32 g;		
<b>poniedziałek 2024-01-29</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Kawa mleczna b/c 250g ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb razowy KG 120g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), jaja 1szt ( <b>JAJ</b> ), ogórek kwaszony 100g, Sałata masłowa kg 10g, ser żółty twardy 20g ( <b>MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ), filet z piersi indyka-wędzony 30g,	Pomidorowa z ryżem brązowym 300ml ( <b>MLE, SEL, GOR</b> ), Schab pieczony 110g, Ziemniaki 200g, Kompot owocowy b/c 250g, jabłka champion 150g, Brokuły gotowane 200g,	Herbata b/c 250g, Chleb razowy KG 120g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Szynka wp. gotowana 70g, papryka świeża, kolorowa 100g, serek wiejski light 150g 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2249.69 kcal; Białko ogółem: 115.80 g; Węglowodany ogółem: 267.48 g; Tłuszcz: 79.84 g; Sól: 12.62 g; Błonnik pokarmowy: 235.47 g; suma cukrów prostych: 497.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.88 g;		
<b>poniedziałek 2024-01-29</b>		
<b>Dieta: 2 ŚNIADANIE DZIECI</b>		
<b>II Śniadanie:</b> gruszki 150g,		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>poniedziałek 2024-01-29</b>		
<b>Dieta: PODWIECZOREK DZIECI</b>		
	<b>Podwieczorek:</b> Biszkopt z owocami 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 131.20 kcal; Białko ogółem: 4.88 g; Węglowodany ogółem: 21.19 g; Tłuszcz: 3.15 g; Sól: 0.11 g; Błonnik pokarmowy: 0.83 g; suma cukrów prostych: 12.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.94 g;		
<b>poniedziałek 2024-01-29</b>		
<b>Dieta: 2 ŚNIADANIE CUKRZYCA PATOLOGIA CIĄŻY + POŁOŻNICTWO</b>		
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ), ser żółty twardy 30g ( <b>MLE</b> ),		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>poniedziałek 2024-01-29</b>		
<b>Dieta: PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA</b>		
	<b>Podwieczorek:</b> Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ), twaróg półtłusty 50g ( <b>MLE</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> 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
<b>wtorek 2024-01-30</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
Kasza manna na mleku 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa mleczna 250g ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb mieszany KG 60g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), sałatka z tuńczykiem i kuskusem 150g ( <b>GLU, JAJ, RYB,</b> <b>GOR</b> ), Ogórek konserwowy 65g ( <b>GOR</b> ),	Kopytka szpinakowe 300g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Kompot owocowy 250g, Paprykowa 300ml ( <b>SEL</b> ), jabłka champion 150g, Surówka z marchwii 150g,	Herbata 250g, Chleb razowy KG 80g ( <b>GLU</b> ), Chleb mieszany KG 30g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), twaróg z natką pietruszki 100g ( <b>MLE</b> ), pomidor spod osłon 100g, koktajl truskawkowy 200ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2270.15 kcal; Białko ogółem: 79.02 g; Węglowodany ogółem: 349.44 g; Tłuszcz: 65.07 g; Sól: 6.08 g; Błonnik pokarmowy: 33.80 g; suma cukrów prostych: 89.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.89 g;		
<b>wtorek 2024-01-30</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
Kasza manna na mleku 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa mleczna 250g ( <b>GLU, MLE</b> ), Bułka pszenna KG 80g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), sałatka z tuńczykiem i kuskusem 150g ( <b>GLU,</b> <b>JAJ, RYB, GOR</b> ), pomidor spod osłon 100g,	Kopytka szpinakowe 300g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Kompot owocowy 250g, Kalafiorowa z ziemniakami 300ml ( <b>MLE, SEL</b> ), jabłka champion 150g, Marchew gotowana 150g ( <b>GLU</b> ),	Herbata 250g, Bułka pszenna KG 80g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), twaróg z natką pietruszki 100g ( <b>MLE</b> ), pomidor spod osłon 100g, koktajl truskawkowy 200ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2363.95 kcal; Białko ogółem: 82.77 g; Węglowodany ogółem: 376.51 g; Tłuszcz: 64.27 g; Sól: 4.37 g; Błonnik pokarmowy: 28.12 g; suma cukrów prostych: 95.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.16 g;		
<b>wtorek 2024-01-30</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Kawa mleczna b/c 250g ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb razowy KG 120g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), sałatka z tuńczykiem i kuskusem 150g ( <b>GLU,</b> <b>JAJ, RYB, GOR</b> ), Ogórek konserwowy 65g ( <b>GOR</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ), Szyunka wp. gotowana 30g,	Kopytka szpinakowe 300g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Kompot owocowy b/c 250g, jabłka champion 150g, Paprykowa 300ml ( <b>SEL</b> ), jabłka champion 150g, Surówka z marchwii 150g,	Herbata b/c 250g, Chleb razowy KG 120g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), twaróg z natką pietruszki 100g ( <b>MLE</b> ), pomidor spod osłon 100g, koktajl truskawkowy 200ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2201.05 kcal; Białko ogółem: 77.66 g; Węglowodany ogółem: 336.07 g; Tłuszcz: 62.58 g; Sól: 7.24 g; Błonnik pokarmowy: 42.83 g; suma cukrów prostych: 71.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.45 g;		
<b>wtorek 2024-01-30</b>		
<b>Dieta: 2 ŚNIADANIE DZIECI</b>		
<b>II Śniadanie:</b> jabłka champion 150g,		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>wtorek 2024-01-30</b>		
<b>Dieta: PODWIECZOREK DZIECI</b>		
	<b>Podwieczorek:</b> Galaretką 100g,	
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>wtorek 2024-01-30</b>		
<b>Dieta: 2 ŚNIADANIE CUKRZYCA PATOLOGIA CIAŻY + POŁOŻNICTWO</b>		
Jogurt naturalny 150g ( <b>MLE</b> ),		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>wtorek 2024-01-30</b>		
<b>Dieta: PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA</b>		
	<b>Podwieczorek:</b> ser żółty twardy 30g ( <b>MLE</b> ), Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> 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**

<b>Oddział: Szpital Bielański</b>		
<b>Śniadanie II Śniadanie</b>	<b>Obiad Podwieczorek</b>	<b>Kolacja Posiłek nocny</b>