

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-03-20</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> ), Szynka wp. gotowana 70g, Rzodkiewka plastry 30g, Sałata masłowa kg 10g,	Fasolowa 300ml ( <b>SEL</b> ), Gołąbki hiszpańskie 200g ( <b>GLU, JAJ, MLE, GOR</b> ), Ziemniaki 200g, Sałata lodowa z jogurtem 60g ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy 250g,	Herbata 250g, Chleb mieszany KG 30g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy KG 80g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), polędwica drobiowa 70g, ogórek spod osłon krótki 100g, Pasta z marchewki i słonecznika 80g, Pieczywo chrupkie żytnie 20g ( <b>GLU</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2472.99 kcal; Białko ogółem: 108.83 g; Węglowodany ogółem: 365.80 g; Tłuszcz: 67.23 g; Sól: 8.50 g; Błonnik pokarmowy: 42.84 g; suma cukrów prostych: 69.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.62 g;		
<b>środa 2024-03-20</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 wp. gotowana 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> ),	Fasolowa 300ml ( <b>SEL</b> ), Gołąbki hiszpańskie 200g ( <b>GLU, JAJ, MLE, GOR</b> ), Ziemniaki 200g, Sałata lodowa z jogurtem 60g ( <b>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 drobiowa 70g, ogórek spod osłon krótki 100g, Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ), Pasta z marchewki i słonecznika 80g, Pieczywo chrupkie żytnie 20g ( <b>GLU</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2499.04 kcal; Białko ogółem: 112.68 g; Węglowodany ogółem: 366.96 g; Tłuszcz: 66.03 g; Sól: 9.68 g; Błonnik pokarmowy: 54.48 g; suma cukrów prostych: 48.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.93 g;		
<b>środa 2024-03-20</b>		
<b>Dieta: 2 ŚNIADANIE DZIECI</b>		
<b>II Śniadanie:</b> kiwi 100g,		
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 60.00 kcal; Białko ogółem: 0.90 g; Węglowodany ogółem: 13.90 g; Tłuszcz: 0.50 g; Sól: 0.01 g; Błonnik pokarmowy: 2.10 g; suma cukrów prostych: 9.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.12 g;		
<b>środa 2024-03-20</b>		
<b>Dieta: PODWIECZOREK DZIECI</b>		
	<b>Podwieczorek:</b> Ptasie 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 2024-03-20</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 2024-03-20</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 2024-03-21</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 300g ( <b>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> ), Polędwica wp. bez osłony 50g, serek kremowy 20g ( <b>MLE</b> ), Sałata masłowa kg 10g, papryka świeża, kolorowa 100g,	Barszcz czerwony 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Bukiet warzyw na parze 200g, Kompot owocowy 250g, Filet z kurczaka ze szpinakiem 120g, Ryż biały gotowany 150g,	Herbata 250g, Chleb razowy KG 80g ( <b>GLU</b> ), Chleb mieszany KG 30g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Szynkówka wp. 70g, Sałatka z pekińską, pomidorem i kukurydzą 100g, Kefir 150g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2205.02 kcal; Białko ogółem: 103.25 g; Węglowodany ogółem: 301.84 g; Tłuszcz: 67.36 g; Sól: 6.20 g; Błonnik pokarmowy: 31.39 g; suma cukrów prostych: 71.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.07 g;		
<b>czwartek 2024-03-21</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> ), Polędwica wp. bez osłony 70g, Sałata masłowa kg 10g, papryka świeża, kolorowa 100g, <b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ), twaróg półtłusty 50g ( <b>MLE</b> ),	Chrzanowa 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Kompot owocowy b/c 250g, Bukiet warzyw na parze 200g, Filet z kurczaka ze szpinakiem 120g, Ryż brązowy 150g, jabłka champion 150g,	Herbata b/c 250g, Chleb razowy KG 120g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Szynkówka wp. 70g, Sałatka z pekińską, pomidorem i kukurydzą 100g, Kefir 150g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2188.86 kcal; Białko ogółem: 111.02 g; Węglowodany ogółem: 304.38 g; Tłuszcz: 61.23 g; Sól: 6.89 g; Błonnik pokarmowy: 47.38 g; suma cukrów prostych: 50.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.69 g;		
<b>czwartek 2024-03-21</b> <b>Dieta: 2 ŚNIADANIE DZIECI</b>		
<b>II Śniadanie:</b> pomarańcze 100g,		
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 47.00 kcal; Białko ogółem: 0.90 g; Węglowodany ogółem: 11.30 g; Tłuszcz: 0.20 g; Sól: 0.01 g; Błonnik pokarmowy: 1.90 g; suma cukrów prostych: 8.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.02 g;		
<b>czwartek 2024-03-21</b> <b>Dieta: PODWIECZOREK DZIECI</b>		
	<b>Podwieczorek:</b> Sałatka 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 2024-03-21</b> <b>Dieta: 2 ŚNIADANIE CUKRZYCA PATOLOGIA CIAŻY + POŁOŻNICTWO</b>		
<b>II Śniadanie:</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;		
<b>czwartek 2024-03-21</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 2024-03-22</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> ), ogórek kwaszony 100g, Sałata masłowa kg 10g,	Pieczarkowo-porowa 300g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Mintaj po grecku na parze 130g ( <b>RYB, GOR</b> ), Ziemniaki 200g, 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, Rzodkiewka plastry 30g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2437.41 kcal; Białko ogółem: 111.89 g; Węglowodany ogółem: 292.66 g; Tłuszcz: 93.14 g; Sól: 6.94 g; Błonnik pokarmowy: 29.58 g; suma cukrów prostych: 62.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.39 g;		
<b>piątek 2024-03-22</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> ), ogórek kwaszony 100g, Sałata masłowa kg 10g  <b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ), szynka pieczona 30g,	Pieczarkowo-porowa 300g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Mintaj po grecku na parze 130g ( <b>RYB, GOR</b> ), Ziemniaki 200g, Kompot owocowy b/c 250g, jabłka champion 150g,	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, Rzodkiewka plastry 30g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2382.26 kcal; Białko ogółem: 109.90 g; Węglowodany ogółem: 286.47 g; Tłuszcz: 89.00 g; Sól: 8.21 g; Błonnik pokarmowy: 37.29 g; suma cukrów prostych: 50.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.68 g;		
<b>piątek 2024-03-22</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 2024-03-22</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 2024-03-22</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 2024-03-22</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 pszczeni 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;		

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-03-23</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> ), szynka pieczona 70g, Sałata masłowa kg 10g, ogórek spod osłon krótki 100g,	Ziemniaczana 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR</b> ), Gulasz z łopatki wieprzowej 160g ( <b>GLU</b> ), Kasza jęczmienna 200g ( <b>GLU</b> ), 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 drobiowa 70g, maślanka szt 1szt ( <b>MLE</b> ), papryka świeża, kolorowa 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2293.67 kcal; Białko ogółem: 99.94 g; Węglowodany ogółem: 322.83 g; Tłuszcz: 67.93 g; Sól: 8.88 g; Błonnik pokarmowy: 29.66 g; suma cukrów prostych: 77.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.88 g;		
<b>sobota 2024-03-23</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, ogórek spod osłon krótki 100g, Sałata masłowa kg 10g, <b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ), twaróg półtłusty 50g ( <b>MLE</b> ),	Ziemniaczana 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR</b> ), Gulasz z łopatki wieprzowej 160g ( <b>GLU</b> ), Kasza jęczmienna 200g ( <b>GLU</b> ), Kompot owocowy b/c 250g , jabłka champion 150g, Surówka z ogórka kiszzonego 150g,	Herbata b/c 250g, Chleb razowy KG 120g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Szynka drobiowa 70g, maślanka szt 1szt ( <b>MLE</b> ), papryka świeża, kolorowa 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2205.04 kcal; Białko ogółem: 100.65 g; Węglowodany ogółem: 297.52 g; Tłuszcz: 67.62 g; Sól: 9.71 g; Błonnik pokarmowy: 38.45 g; suma cukrów prostych: 49.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.75 g;		
<b>sobota 2024-03-23</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>sobota 2024-03-23</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 2024-03-23</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 2024-03-23</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;		
<b>niedziela 2024-03-24</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
Płatki kukurydziane na mleku 300g ( <b>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> ), filet z piersi indyka-wędzony 70g, pomidor spod osłon 100g, Sałata masłowa kg 10g,	Pomidorowa z makaronem 250ml ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR</b> ), Udziki pieczone 110g, Ziemniaki 200g, Kompot owocowy 250g, Surówka z białej kapusty 150g ( <b>JAJ</b> ), Sos jarzynowy 20g ( <b>GLU, SEL</b> ),	Herbata 250g, Chleb mieszany KG 30g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy KG 80g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Szynkówka wp. 70g, Rzodkiewka plastry 30g, kiwi 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2185.41 kcal; Białko ogółem: 97.67 g; Węglowodany ogółem: 293.20 g; Tłuszcz: 71.20 g; Sól: 8.69 g; Błonnik pokarmowy: 29.42 g; suma cukrów prostych: 71.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.53 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-03-24</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Kawa mleczna b/c 250g ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb razowy KG 120g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), filet z piersi indyka-wędzony 70g, pomidor spod osłon 100g, Sałata masłowa kg 10g, <b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ), ser żółty twardy 30g ( <b>MLE</b> ),	Pomidorowa z makaronem 250ml ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR</b> ), Udziki pieczone 110g, Ziemniaki 200g, Kompot owocowy b/c 250g, jabłka champion 150g, Surówka z białej kapusty 150g ( <b>JAJ</b> ), 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. 70g, Rzodkiewka plastry 30g, kiwi 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2168.51 kcal; Białko ogółem: 98.89 g; Węglowodany ogółem: 277.49 g; Tłuszcz: 74.14 g; Sól: 8.93 g; Błonnik pokarmowy: 37.22 g; suma cukrów prostych: 52.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.65 g;		
<b>niedziela 2024-03-24</b>		
<b>Dieta: 2 ŚNIADANIE DZIECI</b>		
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100g,		
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 45.00 kcal; Białko ogółem: 0.60 g; Węglowodany ogółem: 11.20 g; Tłuszcz: 0.20 g; Sól: 0.00 g; Błonnik pokarmowy: 1.90 g; suma cukrów prostych: 9.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.02 g;		
<b>niedziela 2024-03-24</b>		
<b>Dieta: PODWIECZOREK DZIECI</b>		
	<b>Podwieczorek:</b> biszkoty okrągłe 20g ( <b>GLU</b> ), Budyń 150g ( <b>MLE</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 198.90 kcal; Białko ogółem: 6.85 g; Węglowodany ogółem: 34.35 g; Tłuszcz: 3.86 g; Sól: 0.20 g; Błonnik pokarmowy: 0.19 g; suma cukrów prostych: 21.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 2.04 g;		
<b>niedziela 2024-03-24</b>		
<b>Dieta: 2 ŚNIADANIE CUKRZYCA PATOLOGIA CIAŻY + POŁOŻNICTWO</b>		
<b>II Śniadanie:</b> jaja 1szt ( <b>JAJ</b> ), Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ),		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>niedziela 2024-03-24</b>		
<b>Dieta: PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA</b>		
	<b>Podwieczorek:</b> twaróg półtłusty 50g ( <b>MLE</b> ), Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</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;		
<b>poniedziałek 2024-03-25</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
Kasza jaglana na mleku 300g ( <b>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> ), Rzodkiewka plastry 30g, Sałata masłowa kg 10g, ser żółty twardy 20g ( <b>MLE</b> ),	Zupa szczawiowa 300ml ( <b>MLE, SEL</b> ), Pulpet drobiowo- marchewkowy 160g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Ziemniaki 200g, Kompot owocowy 250g, Kalafior gotowany 200g,	Herbata 250g, Chleb razowy KG 80g ( <b>GLU</b> ), Chleb mieszany KG 30g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Szynek wp. gotowana 70g, ogórek spod osłon krótki 100g, serek wiejski light 150g 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2192.95 kcal; Białko ogółem: 101.20 g; Węglowodany ogółem: 288.50 g; Tłuszcz: 71.50 g; Sól: 8.43 g; Błonnik pokarmowy: 29.08 g; suma cukrów prostych: 57.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.28 g;		

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-03-25</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYWAJALNYCH 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> ), Rzodkiewka plastry 30g, 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,	Zupa szczawiowa 300ml ( <b>MLE, SEL</b> ), Pulpet drobiowo- marchewkowy 160g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Ziemniaki 200g, Kompot owocowy b/c 250g, jabłka champion 150g, Kalafior gotowany 200g,	Herbata b/c 250g, Chleb razowy KG 120g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Szynka wp. gotowana 70g, ogórek spod osłon krótki 100g, serek wiejski light 150g 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2117.25 kcal; Białko ogółem: 99.87 g; Węglowodany ogółem: 276.42 g; Tłuszcz: 67.66 g; Sól: 9.78 g; Błonnik pokarmowy: 37.90 g; suma cukrów prostych: 40.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.27 g;		
<b>poniedziałek 2024-03-25</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 2024-03-25</b>		
<b>Dieta: PODWIECZOREK DZIECI</b>		
	<b>Podwieczorek:</b> banany 100g, orzechy włoskie 20g,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 230.20 kcal; Białko ogółem: 4.20 g; Węglowodany ogółem: 27.10 g; Tłuszcz: 12.36 g; Sól: 0.01 g; Błonnik pokarmowy: 3.00 g; suma cukrów prostych: 19.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.43 g;		
<b>poniedziałek 2024-03-25</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>poniedziałek 2024-03-25</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;		
<b>wtorek 2024-03-26</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
Ryż na mleku 300g ( <b>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 z tuńczyka 100g ( <b>JAJ, RYB</b> ), Ogórek konserwowy 65g ( <b>GOR</b> ), Sałata masłowa kg 10g,	Makaron z brokułem i fetą 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy 250g, Jarzynowa 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	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> ), papryka świeża, kolorowa 100g, koktajl truskawkowy 200ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2355.58 kcal; Białko ogółem: 98.88 g; Węglowodany ogółem: 336.42 g; Tłuszcz: 69.97 g; Sól: 4.86 g; Błonnik pokarmowy: 26.48 g; suma cukrów prostych: 76.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.34 g;		

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-03-26</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYWAJALNYCH 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 z tuńczyka 100g ( <b>JAJ, RYB</b> ), Ogórek konserwowy 65g ( <b>GOR</b> ), Sałata masłowa kg 10g , <b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ), Szynka wp. gotowana 30g ,	Makaron razowy z brokołem i fetą 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250g , Jarzynowa 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), jabłka champion 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> ), papryka świeża, kolorowa 100g , koktajl truskawkowy 200ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1856.78 kcal; Białko ogółem: 84.92 g; Węglowodany ogółem: 234.11 g; Tłuszcz: 64.26 g; Sól: 5.95 g; Błonnik pokarmowy: 32.94 g; suma cukrów prostych: 48.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.08 g;		
<b>wtorek 2024-03-26</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 2024-03-26</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 2024-03-26</b>		
<b>Dieta: 2 ŚNIADANIE CUKRZYCA PATOLOGIA CIĄŻY + POŁOŻNICTWO</b>		
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt ( <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 2024-03-26</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;		