

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-06-26		
Dieta: PODSTAWOWA		
Ryż na mleku 300g (MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Chleb mieszany KG 60g (GLU), Chleb razowy KG 40g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szynek wp. 70g, rzodkiew biała 70g, Sałata masłowa kg 10g,	Solferino 300ml (GLU, MLE, GOR), Udziki pieczone 110g, Ziemniaki 200g, Kompot owocowy 250g, Kalafior gotowany 200g, Sos marchewkowy 20g (GLU),	Herbata 250g, Chleb mieszany KG 30g (GLU), Chleb razowy KG 80g (GLU), polędwica drobiowa 70g, Sałatka z pekińską, pomidorem i kukurydzą 100g, ser żółty twardy 30g (MLE), bułka kajzerka 1szt (GLU), masło roślinne 80% tłuszczu 15g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2581.78 kcal; Białko ogółem: 115.88 g; Węglowodany ogółem: 356.79 g; Tłuszcz: 78.95 g; Sól: 8.08 g; Błonnik pokarmowy: 30.74 g; suma cukrów prostych: 68.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.65 g;		
środa 2024-06-26		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
Ryż na mleku 300g (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,	Solferino 300ml (GLU, MLE, GOR), Udziki pieczone 110g, Ziemniaki 200g, Kalafior gotowany 200g, Kompot owocowy 250g, Sos marchewkowy 20g (GLU),	Herbata 250g, Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), polędwica drobiowa 70g, Sałatka z pekińską, pomidorem i kukurydzą 100g, Szynek drobiowa 30g, bułka kajzerka 1szt (GLU), masło roślinne 80% tłuszczu 15g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2600.58 kcal; Białko ogółem: 109.85 g; Węglowodany ogółem: 347.77 g; Tłuszcz: 88.65 g; Sól: 7.40 g; Błonnik pokarmowy: 20.24 g; suma cukrów prostych: 71.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.71 g;		
środa 2024-06-26		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Kawa mleczna b/c 250g (GLU, MLE), Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szynek wp. 70g, rzodkiew biała 70g, Sałata masłowa kg 10g, II Śniadanie: Chleb razowy KG 40g (GLU), twaróg półtłusty 50g (MLE),	Solferino 300ml (GLU, MLE, GOR), Udziki pieczone 110g, Ziemniaki 200g, Kalafior gotowany 200g, Kompot owocowy b/c 250g, jabłka champion 150g, Sos marchewkowy 20g (GLU),	Herbata b/c 250g, Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), polędwica drobiowa 70g, Sałatka z pekińską, pomidorem i kukurydzą 100g, Chleb razowy KG 40g (GLU), ser żółty twardy 30g (MLE), Chleb razowy KG 80g (GLU), masło roślinne 80% tłuszczu 15g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2595.78 kcal; Białko ogółem: 118.30 g; Węglowodany ogółem: 329.83 g; Tłuszcz: 88.22 g; Sól: 9.06 g; Błonnik pokarmowy: 45.82 g; suma cukrów prostych: 41.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.44 g;		
środa 2024-06-26		
Dieta: 2 ŚNIADANIE DZIECI		
II Śniadanie: kiwi 100g,		
Wartości odżywcze: 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;		
środa 2024-06-26		
Dieta: PODWIECZOREK DZIECI		
	Podwieczorek: Ptasie mleczko 100g (MLE),	
Wartości odżywcze: 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;		
środa 2024-06-26		
Dieta: 2 ŚNIADANIE CUKRZYCA PATOLOGIA CIAŻY + POŁOŻNICTWO		
II Śniadanie: Chleb razowy KG 40g (GLU), ser żółty twardy 30g (MLE),		
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 2024-06-26		
Dieta: PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA		
	Podwieczorek: Chleb razowy KG 40g (GLU), twaróg półtłusty 50g (MLE),	
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
czwartek 2024-06-27 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), szynka pieczona 70g, Sałata masłowa kg 10g, papryka świeża, kolorowa 100g,	Zacierkowa 300ml (GLU, SEL), Sałata z sosem vinegrette 60g (GOR), Kompot owocowy 250g, Cukinia faszerowana z mięsem mielonym 300g (GOR), Ziemniaki 200g,	Herbata 250g, Chleb razowy KG 80g (GLU), Chleb mieszany KG 30g (GLU), masło extra 15g (MLE), Polędwica wp. bez osłony 70g, pomidor spod osłon 100g, jogurt naturalny 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2316.45 kcal; Białko ogółem: 106.99 g; Węglowodany ogółem: 310.15 g; Tłuszcz: 74.21 g; Sól: 6.07 g; Błonnik pokarmowy: 29.38 g; suma cukrów prostych: 68.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.55 g;		
czwartek 2024-06-27 Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
Kasza manna na mleku 300g (GLU, MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), szynka pieczona 70g, Sałata masłowa kg 10g, pomidor spod osłon 100g,	Zacierkowa 300ml (GLU, SEL), Sałata z sosem vinegrette 60g (GOR), Kompot owocowy 250g, Cukinia faszerowana z mięsem mielonym 300g (GOR), Ziemniaki 200g,	Herbata 250g, Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Polędwica wp. bez osłony 70g, pomidor spod osłon 100g, jogurt naturalny 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2208.55 kcal; Białko ogółem: 98.54 g; Węglowodany ogółem: 290.11 g; Tłuszcz: 75.88 g; Sól: 5.25 g; Błonnik pokarmowy: 16.50 g; suma cukrów prostych: 66.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.30 g;		
czwartek 2024-06-27 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Kawa mleczna b/c 250g (GLU, MLE), Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), szynka pieczona 70g, Sałata masłowa kg 10g, papryka świeża, kolorowa 100g, II Śniadanie: Chleb razowy KG 40g (GLU), twaróg półtłusty 50g (MLE),	Zacierkowa 300ml (GLU, SEL), Kompot owocowy b/c 250g, Sałata z sosem vinegrette 60g (GOR), Cukinia faszerowana z mięsem mielonym 300g (GOR), jabłka champion 150g, Ziemniaki 200g,	Herbata b/c 250g, Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), Polędwica wp. bez osłony 70g, pomidor spod osłon 100g, jogurt naturalny 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2277.95 kcal; Białko ogółem: 109.19 g; Węglowodany ogółem: 298.33 g; Tłuszcz: 72.84 g; Sól: 6.78 g; Błonnik pokarmowy: 38.41 g; suma cukrów prostych: 52.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.97 g;		
czwartek 2024-06-27 Dieta: 2 ŚNIADANIE DZIECI		
II Śniadanie: truskawki 100g,		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 33.00 kcal; Białko ogółem: 0.70 g; Węglowodany ogółem: 7.60 g; Tłuszcz: 0.40 g; Sól: 0.00 g; Błonnik pokarmowy: 1.80 g; suma cukrów prostych: 5.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.02 g;		
czwartek 2024-06-27 Dieta: PODWIECZOREK DZIECI		
	Podwieczorek: Sałatka owocowa 150g,	
Wartości odżywcze: 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;		
czwartek 2024-06-27 Dieta: 2 ŚNIADANIE CUKRZYCA PATOLOGIA CIAŻY + POŁOŻNICTWO		
II Śniadanie: Chleb razowy KG 40g (GLU), twaróg półtłusty 50g (MLE),		
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;		
czwartek 2024-06-27 Dieta: PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA		
	Podwieczorek: 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;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-06-28		
Dieta: PODSTAWOWA		
Płatki owsiane na mleku 300g (GLU, MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Chleb mieszany KG 60g (GLU), Chleb razowy KG 40g (GLU), masło extra 15g (MLE), Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (JAJ), ogórek kwaszony 100g, Sałata masłowa kg 10g,	Koperkowa 300ml (GLU, MLE, SEL), Roladki rybne z warzywami 150g (GLU, RYB), Ziemniaki 200g, Kompot owocowy 250g, Brokuły gotowane 200g,	Herbata 250g, Chleb razowy KG 80g (GLU), Chleb mieszany KG 30g (GLU), masło extra 15g (MLE), ser żółty twardy 70g (MLE), kiwi 100g, Rzodkiewka plastry 30g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2502.88 kcal; Białko ogółem: 105.70 g; Węglowodany ogółem: 335.04 g; Tłuszcz: 85.85 g; Sól: 6.74 g; Błonnik pokarmowy: 36.53 g; suma cukrów prostych: 84.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.80 g;		
piątek 2024-06-28		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
Płatki owsiane na mleku 300g (GLU, MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Pasta jajeczna z natką pietruszki 100g (JAJ), pomidor spod osłon 100g, Sałata masłowa kg 10g,	Koperkowa 300ml (GLU, MLE, SEL), Roladki rybne z warzywami 150g (GLU, RYB), Ziemniaki 200g, Kompot owocowy 250g, Brokuły gotowane 200g,	Herbata 250g, Bułka pszenna KG 80g (GLU), twaróg półtłusty 100g (MLE), masło extra 15g (MLE), kiwi 100g, pomidor spod osłon 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2382.79 kcal; Białko ogółem: 103.90 g; Węglowodany ogółem: 329.63 g; Tłuszcz: 77.33 g; Sól: 3.22 g; Błonnik pokarmowy: 26.30 g; suma cukrów prostych: 93.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.85 g;		
piątek 2024-06-28		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Kawa mleczna b/c 250g (GLU, MLE), Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (JAJ), ogórek kwaszony 100g, Sałata masłowa kg 10g II Śniadanie: Chleb razowy KG 40g (GLU), szynka pieczona 30g,	Koperkowa 300ml (GLU, MLE, SEL), Roladki rybne z warzywami 150g (GLU, RYB), Ziemniaki 200g, Kompot owocowy b/c 250g, Brokuły gotowane 200g , jabłka champion 150g,	Herbata 250g, Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), ser żółty twardy 70g (MLE), kiwi 100g, Rzodkiewka plastry 30g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2372.73 kcal; Białko ogółem: 103.11 g; Węglowodany ogółem: 310.70 g; Tłuszcz: 81.11 g; Sól: 8.00 g; Błonnik pokarmowy: 41.24 g; suma cukrów prostych: 57.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.03 g;		
piątek 2024-06-28		
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;		
piątek 2024-06-28		
Dieta: PODWIECZOREK DZIECI		
	Podwieczorek: arbuz 150g,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 54.00 kcal; Białko ogółem: 0.90 g; Węglowodany ogółem: 12.60 g; Tłuszcz: 0.15 g; Sól: 0.00 g; Błonnik pokarmowy: 0.45 g; suma cukrów prostych: 11.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.00 g;		
piątek 2024-06-28		
Dieta: 2 ŚNIADANIE CUKRZYCA PATOLOGIA CIAŻY + POŁOŻNICTWO		
II Śniadanie: 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;		
piątek 2024-06-28		
Dieta: PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA		
	Podwieczorek: Chleb razowy KG 40g (GLU), twaróg półtłusty 50g (MLE), miód pszczeli 5g,	
Wartości odżywcze: 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
sobota 2024-06-29		
Dieta: PODSTAWOWA		
Kasza kukurydziana na mleku 300g (MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Chleb mieszany KG 60g (GLU), Chleb razowy KG 40g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szynka wp. gotowana 70g, Sałata masłowa kg 10g, ogórek spod osłon krótki 100g,	Zupa z warzyw korzeniowych 300ml (GLU, SEL), Udziec z kurczaka pieczony 160g, Ryż biały gotowany 150g, Kompot owocowy 250g, Marchew gotowana z groszkiem 150g,	Herbata 250g, Chleb razowy KG 80g (GLU), Chleb mieszany KG 30g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szynka drobiowa 70g, serek wiejski light 150g 1szt (MLE), papryka świeża, kolorowa 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2335.38 kcal; Białko ogółem: 109.66 g; Węglowodany ogółem: 304.24 g; Tłuszcz: 76.56 g; Sól: 9.68 g; Błonnik pokarmowy: 34.10 g; suma cukrów prostych: 66.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.31 g;		
sobota 2024-06-29		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
Kasza kukurydziana na mleku 300g (MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szynka wp. gotowana 70g, Sałata masłowa kg 10g, pomidor spod osłon 100g,	Zupa z warzyw korzeniowych 300ml (GLU, SEL), Udziec z kurczaka pieczony 160g, Ryż biały gotowany 150g, Kompot owocowy 250g, Marchew gotowana z groszkiem 150g,	Herbata 250g, Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szynka drobiowa 70g, serek wiejski light 150g 1szt (MLE), pomidor spod osłon 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2273.18 kcal; Białko ogółem: 106.66 g; Węglowodany ogółem: 288.34 g; Tłuszcz: 79.27 g; Sól: 8.85 g; Błonnik pokarmowy: 22.30 g; suma cukrów prostych: 66.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.28 g;		
sobota 2024-06-29		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Kawa mleczna b/c 250g (GLU, MLE), Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szynka wp. gotowana 70g, ogórek spod osłon krótki 100g, Sałata masłowa kg 10g, II Śniadanie: Chleb razowy KG 40g (GLU), twaróg półtłusty 50g (MLE),	Zupa z warzyw korzeniowych 300ml (GLU, SEL), Udziec z kurczaka pieczony 160g, Ryż brązowy 150g, Kompot owocowy b/c 250g, jabłka champion 150g, Surówka z marchwii 150g,	Herbata b/c 250g, Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szynka drobiowa 70g, serek wiejski light 150g 1szt (MLE), papryka świeża, kolorowa 100g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2352.89 kcal; Białko ogółem: 112.29 g; Węglowodany ogółem: 305.77 g; Tłuszcz: 76.43 g; Sól: 10.47 g; Błonnik pokarmowy: 47.92 g; suma cukrów prostych: 51.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.00 g;		
sobota 2024-06-29		
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;		
sobota 2024-06-29		
Dieta: PODWIECZOREK DZIECI		
	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20g, Kisiel owocowy 150g,	
Wartości odżywcze: 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;		
sobota 2024-06-29		
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;		
sobota 2024-06-29		
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 2024-06-30		
Dieta: PODSTAWOWA		
Kasza jaglana na mleku 300g (MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Chleb mieszany KG 60g (GLU), Chleb razowy KG 40g (GLU), masło extra 15g (MLE), filet z piersi indyka-wędzony 70g , pomidor spod osłon 100g , Sałata masłowa kg 10g ,	Pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Gulasz z szynki wieprzowej 160g (GLU), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Kompot owocowy 250g , Surówka z ogórka kiszzonego 150g ,	Herbata 250g , Chleb mieszany KG 30g (GLU), Chleb razowy KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szynkówka wp. 70g , Rzodkiewka plastry 30g , brzoskwinia 1szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2144.60 kcal; Białko ogółem: 95.59 g; Węglowodany ogółem: 278.39 g; Tłuszcz: 73.88 g; Sól: 9.07 g; Błonnik pokarmowy: 27.88 g; suma cukrów prostych: 64.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.70 g;		
niedziela 2024-06-30		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
Kasza jaglana na mleku 300g (MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), filet z piersi indyka-wędzony 70g , pomidor spod osłon 100g , Sałata masłowa kg 10g ,	Pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Gulasz z szynki wieprzowej 160g (GLU), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Kompot owocowy 250g , Bukiet warzyw na parze 200g ,	Herbata 250g , Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szynkówka wp. 70g , pomidor spod osłon 100g , brzoskwinia 1szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2098.80 kcal; Białko ogółem: 97.60 g; Węglowodany ogółem: 273.44 g; Tłuszcz: 72.30 g; Sól: 7.13 g; Błonnik pokarmowy: 20.85 g; suma cukrów prostych: 67.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.47 g;		
niedziela 2024-06-30		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Kawa mleczna b/c 250g (GLU, MLE), Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), filet z piersi indyka-wędzony 70g , pomidor spod osłon 100g , Sałata masłowa kg 10g , II Śniadanie: Chleb razowy KG 40g (GLU), ser żółty twardy 30g (MLE),	Pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Gulasz z szynki wieprzowej 160g (GLU), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Kompot owocowy b/c 250g , jabłka champion 150g , Surówka z ogórka kiszzonego 150g ,	Herbata b/c 250g , Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szynkówka wp. 70g , Rzodkiewka plastry 30g , brzoskwinia 1szt
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2134.60 kcal; Białko ogółem: 95.73 g; Węglowodany ogółem: 266.28 g; Tłuszcz: 76.70 g; Sól: 10.19 g; Błonnik pokarmowy: 36.70 g; suma cukrów prostych: 47.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.80 g;		
niedziela 2024-06-30		
Dieta: 2 ŚNIADANIE DZIECI		
II Śniadanie: morele 100g ,		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 50.00 kcal; Białko ogółem: 0.90 g; Węglowodany ogółem: 11.90 g; Tłuszcz: 0.20 g; Sól: 0.00 g; Błonnik pokarmowy: 1.70 g; suma cukrów prostych: 7.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.01 g;		
niedziela 2024-06-30		
Dieta: PODWIECZOREK DZIECI		
	Podwieczorek: biszkoty okrągłe 20g (GLU), Budyń 150g (MLE),	
Wartości odżywcze: 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;		
niedziela 2024-06-30		
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;		
niedziela 2024-06-30		
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
poniedziałek 2024-07-01 Dieta: PODSTAWOWA		
Płatki kukurydziane 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>), jaja 1szt (<i>JAJ</i>), papryka świeża, kolorowa 100g, Salata masłowa kg 10g, ser żółty twardy 20g (<i>MLE</i>),	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kotlet mielony mieszany 125g (<i>GLU, JAJ</i>), Kompot owocowy 250g, Ziemniaki 200g, Kapusta młoda z koperkiem 150g,	Herbata 250g, Chleb razowy KG 80g (<i>GLU</i>), Chleb mieszany KG 30g (<i>GLU</i>), masło extra 15g (<i>MLE</i>), Szyunka wp. gotowana 70g, ogórek spod osłon krótki 100g, Pasta z marchewki i słonecznika 80g, Pieczywo chrupkie żytnie 20g (<i>GLU</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2434.72 kcal; Białko ogółem: 100.90 g; Węglowodany ogółem: 323.70 g; Tłuszcz: 83.66 g; Sól: 8.81 g; Błonnik pokarmowy: 35.64 g; suma cukrów prostych: 65.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.96 g;		
poniedziałek 2024-07-01 Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
Płatki kukurydziane 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>), jaja 1szt (<i>JAJ</i>), pomidor spod osłon 100g, Salata masłowa kg 10g, twaróg półtłusty 40g (<i>MLE</i>),	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany 120g (<i>GLU, JAJ</i>), Kompot owocowy 250g, Ziemniaki 200g, Surówka z kapusty pekińskiej 150g (<i>GOR</i>),	Herbata 250g, Bułka pszenna KG 80g (<i>GLU</i>), masło extra 15g (<i>MLE</i>), Szyunka wp. gotowana 70g, pomidor spod osłon 100g, Pasta z marchewki i słonecznika 80g, Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2365.06 kcal; Białko ogółem: 101.01 g; Węglowodany ogółem: 311.83 g; Tłuszcz: 83.58 g; Sól: 7.70 g; Błonnik pokarmowy: 23.96 g; suma cukrów prostych: 71.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.30 g;		
poniedziałek 2024-07-01 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Kawa mleczna b/c 250g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy KG 120g (<i>GLU</i>), masło extra 15g (<i>MLE</i>), jaja 1szt (<i>JAJ</i>), papryka świeża, kolorowa 100g, Salata masłowa kg 10g, ser żółty twardy 20g (<i>MLE</i>), II Śniadanie: Chleb razowy KG 40g (<i>GLU</i>), filet z piersi indyka-wędzony 30g,	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet wieprzowy gotowany 120g (<i>GLU, JAJ</i>), Kompot owocowy b/c 250g, jabłka champion 150g, Ziemniaki 200g, Kapusta młoda z koperkiem 150g,	Herbata b/c 250g, Chleb razowy KG 120g (<i>GLU</i>), masło extra 15g (<i>MLE</i>), Szyunka wp. gotowana 70g, ogórek spod osłon krótki 100g, Pasta z marchewki i słonecznika 80g, Pieczywo chrupkie żytnie 20g (<i>GLU</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2270.07 kcal; Białko ogółem: 99.61 g; Węglowodany ogółem: 299.91 g; Tłuszcz: 74.73 g; Sól: 9.16 g; Błonnik pokarmowy: 42.74 g; suma cukrów prostych: 46.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.60 g;		
poniedziałek 2024-07-01 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 2024-07-01 Dieta: PODWIECZOREK DZIECI		
	Podwieczorek: banany 100g, orzechy włoskie 20g,	
Wartości odżywcze: 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;		
poniedziałek 2024-07-01 Dieta: 2 ŚNIADANIE CUKRZYCA PATOLOGIA CIAŻY + POŁOŻNICTWO		
II Śniadanie: Chleb razowy KG 40g (<i>GLU</i>), ser żółty twardy 30g (<i>MLE</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;		
poniedziałek 2024-07-01 Dieta: PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA		
	Podwieczorek: Chleb razowy KG 40g (<i>GLU</i>), twaróg półtłusty 50g (<i>MLE</i>),	
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
wtorek 2024-07-02		
Dieta: PODSTAWOWA		
Ryż na mleku 300g (MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Chleb mieszany KG 60g (GLU), Chleb razowy KG 40g (GLU), masło extra 15g (MLE), Mintaj po grecku na parze 130g (RYB, GOR), Sałata masłowa kg 10g ,	jabłka champion 150g , Kompot owocowy 250g , Zupa z fasolki szparagowej 300ml (GLU, SEL), Ziemniaki 200g , Potrawka z ciecierzycy i kapusty pekińskiej 200g (GOR),	Herbata 250g , Chleb razowy KG 80g (GLU), Chleb mieszany KG 30g (GLU), masło extra 15g (MLE), Twaróg z rzodkiewką 100g (MLE), papryka świeża, kolorowa 100g , kiwi 100g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2364.05 kcal; Białko ogółem: 95.97 g; Węglowodany ogółem: 363.37 g; Tłuszcz: 63.18 g; Sól: 3.84 g; Błonnik pokarmowy: 41.51 g; suma cukrów prostych: 103.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.35 g;		
wtorek 2024-07-02		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
Ryż na mleku 300g (MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Mintaj po grecku na parze 130g (RYB, GOR), Sałata masłowa kg 10g ,	jabłka champion 150g , Kompot owocowy 250g , Zupa z fasolki szparagowej 300ml (GLU, SEL), Ziemniaki 200g , Potrawka z ciecierzycy i kapusty pekińskiej (L) 200g (GOR),	Herbata 250g , Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), twaróg z natką pietruszki 100g (MLE), pomidor spod osłon 100g , kiwi 100g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2297.37 kcal; Białko ogółem: 93.01 g; Węglowodany ogółem: 346.22 g; Tłuszcz: 65.77 g; Sól: 3.03 g; Błonnik pokarmowy: 29.11 g; suma cukrów prostych: 101.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.29 g;		
wtorek 2024-07-02		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Kawa mleczna b/c 250g (GLU, MLE), Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), Mintaj po grecku na parze 130g (RYB, GOR), Sałata masłowa kg 10g , II Śniadanie: Chleb razowy KG 40g (GLU), Szynka wp. gotowana 30g ,	Zupa z fasolki szparagowej 300ml (GLU, SEL), Ziemniaki 200g , Potrawka z ciecierzycy i kapusty pekińskiej 200g (GOR), jabłka champion 150g ,	Herbata b/c 250g , Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), Twaróg z rzodkiewką 100g (MLE), papryka świeża, kolorowa 100g , kiwi 100g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2177.49 kcal; Białko ogółem: 94.54 g; Węglowodany ogółem: 320.24 g; Tłuszcz: 60.24 g; Sól: 5.00 g; Błonnik pokarmowy: 47.26 g; suma cukrów prostych: 60.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.85 g;		
wtorek 2024-07-02		
Dieta: 2 ŚNIADANIE DZIECI		
II Śniadanie: arbuz 100g ,		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 36.00 kcal; Białko ogółem: 0.60 g; Węglowodany ogółem: 8.40 g; Tłuszcz: 0.10 g; Sól: 0.00 g; Błonnik pokarmowy: 0.30 g; suma cukrów prostych: 7.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.00 g;		
wtorek 2024-07-02		
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 2024-07-02		
Dieta: 2 ŚNIADANIE CUKRZYCA PATOLOGIA CIAŻY + POŁOŻNICTWO		
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt (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 2024-07-02		
Dieta: PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA		
	Podwieczorek: banany 100g ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 97.00 kcal; Białko ogółem: 1.00 g; Węglowodany ogółem: 23.50 g; Tłuszcz: 0.30 g; Sól: 0.00 g; Błonnik pokarmowy: 1.70 g; suma cukrów prostych: 19.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.12 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

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