

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-07-03		
Dieta: PODSTAWOWA		
Kasza jaglana na mleku 300g (MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Chleb razowy KG 40g (GLU), Chleb mieszany KG 60g (GLU), masło extra 15g (MLE), szynka pieczona 70g, naciowy seler 100g, Sałata masłowa kg 10g,	Chłodnik 300g (MLE), Pierś z indyka gotowana 110g, Kompot owocowy 250g, Bukiet warzyw na parze 200g, Ryż biały gotowany 150g, Sos porowy 20g (GLU, MLE),	Herbata 250g, Chleb mieszany KG 30g (GLU), Chleb razowy KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szynka drobiowa 70g, Rzodkiewka plastry 30g, serek homogenizowany naturalny 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2070.28 kcal; Białko ogółem: 104.38 g; Węglowodany ogółem: 272.22 g; Tłuszcz: 62.82 g; Sól: 7.97 g; Błonnik pokarmowy: 26.13 g; suma cukrów prostych: 55.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.21 g;		
środa 2024-07-03		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
Kasza jaglana na mleku 300g (MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), szynka pieczona 70g, naciowy seler 100g, Sałata masłowa kg 10g,	Chłodnik 300g (MLE), Pierś z indyka gotowana 110g, Kompot owocowy 250g, Bukiet warzyw na parze 200g, Ryż biały gotowany 150g, Sos marchewkowy 20g (GLU),	Herbata 250g, Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szynka drobiowa 70g, pomidor spod osłon 100g, serek homogenizowany naturalny 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2025.80 kcal; Białko ogółem: 102.27 g; Węglowodany ogółem: 261.63 g; Tłuszcz: 65.02 g; Sól: 7.17 g; Błonnik pokarmowy: 15.56 g; suma cukrów prostych: 58.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.72 g;		
środa 2024-07-03		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Kawa mleczna b/c 250g (GLU, MLE), Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), szynka pieczona 70g, naciowy seler 100g, Sałata masłowa kg 10g, II Śniadanie: twaróg półtłusty 50g (MLE), Chleb razowy KG 40g (GLU),	Chłodnik 300g (MLE), Pierś z indyka gotowana 110g, Kompot owocowy b/c 250g, jabłka champion 150g, Bukiet warzyw na parze 200g, Ryż brązowy 150g, Sos porowy 20g (GLU, MLE),	Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), Herbata b/c 250g, Szynka drobiowa 70g, Rzodkiewka plastry 30g, serek homogenizowany naturalny 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2007.38 kcal; Białko ogółem: 106.03 g; Węglowodany ogółem: 256.30 g; Tłuszcz: 61.90 g; Sól: 8.68 g; Błonnik pokarmowy: 39.87 g; suma cukrów prostych: 40.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.78 g;		
środa 2024-07-03		
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 2024-07-03		
Dieta: PODWIECZOREK DZIECI		
	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;		
środa 2024-07-03		
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;		
środa 2024-07-03		
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 2024-07-04 Dieta: PODSTAWOWA		
Makaron muszelka na mleku 300g (GLU, MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Chleb razowy KG 40g (GLU), Chleb mieszany KG 60g (GLU), masło extra 15g (MLE), Połędwica wp. bez osłony 70g , rzodkiew biała 70g , Sałata masłowa kg 10g ,	Kompot owocowy 250g , Ziemniaki 200g , Schab pieczony 110g , Paprykowa 300ml (SEL), Mizeria z jogurtem 200g (MLE),	Herbata 250g , Chleb razowy KG 80g (GLU), Chleb mieszany KG 30g (GLU), połędwica drobiowa 70g , papryka świeża, kolorowa 100g , masło extra 15g (MLE), jabłka champion 150g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2137.80 kcal; Białko ogółem: 102.81 g; Węglowodany ogółem: 277.49 g; Tłuszcz: 70.17 g; Sól: 9.56 g; Błonnik pokarmowy: 26.42 g; suma cukrów prostych: 76.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.09 g;		
czwartek 2024-07-04 Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
Makaron muszelka na mleku 300g (GLU, MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Połędwica wp. bez osłony 70g , pomidor spod osłon 100g , Sałata masłowa kg 10g ,	Schab pieczony 110g , Szpinak gotowany 150g (GLU, MLE), Kompot owocowy 250g , Ziemniaki 200g , Selerowa 300ml (GLU, SEL),	Herbata 250g , Bułka pszenna KG 80g (GLU), połędwica drobiowa 70g , pomidor spod osłon 100g , masło extra 15g (MLE), jabłka champion 150g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2341.05 kcal; Białko ogółem: 109.82 g; Węglowodany ogółem: 314.56 g; Tłuszcz: 76.39 g; Sól: 9.03 g; Błonnik pokarmowy: 24.13 g; suma cukrów prostych: 77.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.72 g;		
czwartek 2024-07-04 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Kawa mleczna b/c 250g (GLU, MLE), Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), Połędwica wp. bez osłony 70g , rzodkiew biała 70g , Sałata masłowa kg 10g , II Śniadanie: Chleb razowy KG 40g (GLU), ser żółty twardy 30g (MLE),	Schab pieczony 110g , Ziemniaki 200g , Kompot owocowy b/c 250g , jabłka champion 150g , Paprykowa 300ml (SEL), Mizeria z jogurtem 200g (MLE),	Herbata b/c 250g , Chleb razowy KG 120g (GLU), połędwica drobiowa 70g , papryka świeża, kolorowa 100g , masło extra 15g (MLE), jabłka champion 150g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2100.35 kcal; Białko ogółem: 102.50 g; Węglowodany ogółem: 258.83 g; Tłuszcz: 73.08 g; Sól: 10.67 g; Błonnik pokarmowy: 35.42 g; suma cukrów prostych: 53.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.20 g;		
czwartek 2024-07-04 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;		
czwartek 2024-07-04 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 2024-07-04 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 2024-07-04 Dieta: PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA		
	Podwieczorek: 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;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-07-05		
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), Sałata masłowa kg 10g , papryka świeża, kolorowa 100g , Twarożek z suszonymi pomidorami 100g (MLE),	Zupa szczawiowa 300ml (MLE, SEL), Kompot owocowy 250g , Pulpet z ryby gotowany z sosem koperkowym 160g (GLU, JAJ, RYB, MLE), Ziemniaki 200g , Sałata z sosem vinegrette 60g (GOR),	masło extra 15g (MLE), ser żółty twardy 70g (MLE), Sałatka z pekińska, pomidorem i kukurydzą 100g , Herbata 250g , Chleb mieszany KG 30g (GLU), Chleb razowy KG 80g (GLU), Pasta z soczewicy 80g , bułka kajzerka 1szt (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2745.43 kcal; Białko ogółem: 121.11 g; Węglowodany ogółem: 364.82 g; Tłuszcz: 92.24 g; Sól: 9.60 g; Błonnik pokarmowy: 33.87 g; suma cukrów prostych: 64.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.48 g;		
piątek 2024-07-05		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
Kasza kukurydziana na mleku 300g (MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Sałata masłowa kg 10g , naciowy seler 100g , Twarożek z suszonymi pomidorami 100g (MLE),	Grycikowa 300ml (GLU, SEL), Kompot owocowy 250g , Pulpet z ryby gotowany z sosem koperkowym 160g (GLU, JAJ, RYB, MLE), Ziemniaki 200g , Sałata z sosem vinegrette 60g (GOR),	Bułka pszenna KG 80g (GLU), Sałatka z pekińska, pomidorem i kukurydzą 100g , masło extra 15g (MLE), jaja 1szt (JAJ), Herbata 250g , Pasta z soczewicy 80g , bułka kajzerka 1szt (GLU), dżem - różne smaki 20g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2498.51 kcal; Białko ogółem: 105.07 g; Węglowodany ogółem: 339.83 g; Tłuszcz: 83.42 g; Sól: 7.00 g; Błonnik pokarmowy: 18.62 g; suma cukrów prostych: 69.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.89 g;		
piątek 2024-07-05		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Kawa mleczna b/c 250g (GLU, MLE), Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), Sałata masłowa kg 10g , papryka świeża, kolorowa 100g , Twarożek z suszonymi pomidorami 100g (MLE), II Śniadanie: Chleb razowy KG 40g (GLU), filet z piersi indyka-wędzony 30g ,	Zupa szczawiowa 300ml (MLE, SEL), Kompot owocowy b/c 250g , Pulpet z ryby gotowany z sosem koperkowym 160g (GLU, JAJ, RYB, MLE), Ziemniaki 200g , Sałata z sosem vinegrette 60g (GOR), jabłka champion 150g ,	Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), ser żółty twardy 70g (MLE), Sałatka z pekińska, pomidorem i kukurydzą 100g , Herbata b/c 250g , Pasta z soczewicy 80g , Chleb razowy KG 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2661.13 kcal; Białko ogółem: 119.81 g; Węglowodany ogółem: 351.62 g; Tłuszcz: 86.79 g; Sól: 10.76 g; Błonnik pokarmowy: 47.03 g; suma cukrów prostych: 46.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.79 g;		
piątek 2024-07-05		
Dieta: 2 ŚNIADANIE DZIECI		
II Śniadanie: kiwi 90g ,		
Wartości odżywcze: 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;		
piątek 2024-07-05		
Dieta: PODWIECZOREK DZIECI		
	Podwieczerek: 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 2024-07-05		
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 2024-07-05		
Dieta: PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA		
	Podwieczerek: 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
sobota 2024-07-06 Dieta: PODSTAWOWA		
Płatki owsiane na mleku 300g (GLU, MLE), Chleb mieszany KG 60g (GLU), Chleb razowy KG 40g (GLU), masło extra 15g (MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Szynkówka wp. 70g, ogórek kwaszony 100g, Sałata masłowa kg 10g,	Szpinakowa 300ml (GLU, MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Fasolka szparagowa 160g, Kompot owocowy 250g, Łopatka wieprzowa w pomidorach 120g,	Herbata 250g, Chleb razowy KG 80g (GLU), Chleb mieszany KG 30g (GLU), Szynka wp. gotowana 70g, masło extra 15g (MLE), papryka świeża, kolorowa 100g, Maślanka 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2247.39 kcal; Białko ogółem: 99.11 g; Węglowodany ogółem: 307.65 g; Tłuszcz: 71.47 g; Sól: 8.39 g; Błonnik pokarmowy: 32.06 g; suma cukrów prostych: 68.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.55 g;		
sobota 2024-07-06 Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
Płatki owsiane na mleku 300g (GLU, MLE), Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Szynkówka wp. 70g, pomidor spod osłon 100g, Sałata masłowa kg 10g,	Szpinakowa 300ml (GLU, MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Fasolka szparagowa 160g, Kompot owocowy 250g, Łopatka wieprzowa w pomidorach 120g,	Herbata 250g, Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szynka wp. gotowana 70g, pomidor spod osłon 100g, Maślanka 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2187.19 kcal; Białko ogółem: 95.81 g; Węglowodany ogółem: 292.75 g; Tłuszcz: 74.18 g; Sól: 5.83 g; Błonnik pokarmowy: 20.26 g; suma cukrów prostych: 69.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.52 g;		
sobota 2024-07-06 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), Kawa mleczna b/c 250g (GLU, MLE), Szynkówka wp. 70g, ogórek kwaszony 100g, Sałata masłowa kg 10g, II Śniadanie: Chleb razowy KG 30g (GLU), ser żółty twardy 30g (MLE),	Szpinakowa 300ml (GLU, MLE, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Fasolka szparagowa 160g, Kompot owocowy b/c 250g, jabłka champion 150g, Łopatka wieprzowa w pomidorach 120g,	masło extra 15g (MLE), Szynka wp. gotowana 70g, Herbata b/c 250g, papryka świeża, kolorowa 100g, Chleb razowy KG 120g (GLU), Maślanka 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2186.04 kcal; Białko ogółem: 98.17 g; Węglowodany ogółem: 286.74 g; Tłuszcz: 72.86 g; Sól: 9.38 g; Błonnik pokarmowy: 39.11 g; suma cukrów prostych: 45.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.46 g;		
sobota 2024-07-06 Dieta: 2 ŚNIADANIE DZIECI		
II Śniadanie: 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 2024-07-06 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 2024-07-06 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 2024-07-06 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 2024-07-07		
Dieta: PODSTAWOWA		
Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), szynka pieczona 70g, masło extra 15g (MLE), Chleb razowy KG 40g (GLU), Chleb mieszany KG 60g (GLU), Rzodkiewka plastry 30g, Sałata masłowa kg 10g,	Kompot owocowy 250g, Krupnik 300ml (GLU, SEL), Ryż biały gotowany 150g, Gulasz drobiowy 160g (GLU), Surówka z marchewki i jabłka 150g,	Herbata 250g, filet z piersi indyka-wędzony 70g, masło extra 15g (MLE), pomidor spod osłon 100g, Chleb mieszany KG 30g (GLU), Chleb razowy KG 80g (GLU), brzoskwinia 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2317.74 kcal; Białko ogółem: 96.60 g; Węglowodany ogółem: 325.33 g; Tłuszcz: 72.74 g; Sól: 10.00 g; Błonnik pokarmowy: 30.96 g; suma cukrów prostych: 71.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.42 g;		
niedziela 2024-07-07		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), szynka pieczona 70g, masło extra 15g (MLE), Bułka pszenna KG 80g (GLU), pomidor spod osłon 100g, Sałata masłowa kg 10g,	Kompot owocowy 250g, Krupnik 300ml (GLU, SEL), Ryż biały gotowany 150g, Gulasz drobiowy 160g (GLU), Surówka z marchewki i jabłka 150g,	Herbata 250g, filet z piersi indyka-wędzony 70g, masło extra 15g (MLE), pomidor spod osłon 100g, Bułka pszenna KG 80g (GLU), brzoskwinia 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2279.84 kcal; Białko ogółem: 94.55 g; Węglowodany ogółem: 314.17 g; Tłuszcz: 75.82 g; Sól: 9.18 g; Błonnik pokarmowy: 20.08 g; suma cukrów prostych: 73.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.46 g;		
niedziela 2024-07-07		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Kawa mleczna b/c 250g (GLU, MLE), szynka pieczona 70g, masło extra 15g (MLE), Chleb razowy KG 120g (GLU), Rzodkiewka plastry 30g, Sałata masłowa kg 10g, II Śniadanie: Chleb razowy KG 40g (GLU), ser żółty twardy 30g (MLE),	Kompot owocowy b/c 250g, Krupnik 300ml (GLU, SEL), Ryż brązowy 150g, Gulasz drobiowy 160g (GLU), Surówka z marchewki i jabłka 150g, jabłka champion 150g,	Herbata 250g, filet z piersi indyka-wędzony 70g, masło extra 15g (MLE), pomidor spod osłon 100g, Chleb razowy KG 120g (GLU), brzoskwinia 1szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2316.34 kcal; Białko ogółem: 97.80 g; Węglowodany ogółem: 313.98 g; Tłuszcz: 76.61 g; Sól: 10.25 g; Błonnik pokarmowy: 43.68 g; suma cukrów prostych: 62.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.80 g;		
niedziela 2024-07-07		
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 2024-07-07		
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 2024-07-07		
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 2024-07-07		
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
poniedziałek 2024-07-08		
Dieta: PODSTAWOWA		
Makaron zacierka na mleku 300g (GLU, MLE), Chleb razowy KG 40g (GLU), Chleb mieszany KG 60g (GLU), masło extra 15g (MLE), Sałatka z wędliną i nasionami słonecznika 200g (JAJ, GOR), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE),	Jarzynowa 300ml (GLU, MLE), Ziemniaki 200g, Buraki gotowane 150g (GLU), Kompot owocowy 250g, Kotle z piersi kurczaka 150g (GLU, JAJ),	Chleb mieszany KG 30g (GLU), Chleb razowy KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szynkówka wp. 70g, Herbata 250g, rzodkiew biała 70g, Słupki warzyw 100g, Hummus 80g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2541.83 kcal; Białko ogółem: 89.52 g; Węglowodany ogółem: 328.56 g; Tłuszcz: 98.15 g; Sól: 7.16 g; Błonnik pokarmowy: 31.56 g; suma cukrów prostych: 64.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.11 g;		
poniedziałek 2024-07-08		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
Makaron zacierka na mleku 300g (GLU, MLE), Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Sałatka z wędliną i nasionami słonecznika L 200g, Kawa mleczna 250g (GLU, MLE),	Jarzynowa 300ml (GLU, MLE), Ziemniaki 200g, Buraki gotowane 150g (GLU), Kompot owocowy 250g, Filet z kurczaka gotowany 100g,	Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szynkówka wp. 70g, Herbata 250g, pomidor spod osłon 100g, Słupki warzyw (L) 100g, Hummus 80g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2143.53 kcal; Białko ogółem: 84.25 g; Węglowodany ogółem: 296.37 g; Tłuszcz: 71.85 g; Sól: 7.08 g; Błonnik pokarmowy: 19.88 g; suma cukrów prostych: 69.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.87 g;		
poniedziałek 2024-07-08		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), Sałatka z wędliną i nasionami słonecznika 200g (JAJ, GOR), Kawa mleczna b/c 250g (GLU, MLE), II Śniadanie: Chleb razowy KG 40g (GLU), filet z piersi indyka-wędzony 30g,	Jarzynowa 300ml (GLU, MLE), Ziemniaki 200g, Surówka z czerwonej kapusty 150g, Kompot owocowy b/c 250g, jabłka champion 150g, Filet z kurczaka gotowany 100g,	Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szynkówka wp. 70g, rzodkiew biała 70g, Herbata b/c 250g, Słupki warzyw 100g, Hummus 80g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2234.70 kcal; Białko ogółem: 88.32 g; Węglowodany ogółem: 288.51 g; Tłuszcz: 81.05 g; Sól: 9.46 g; Błonnik pokarmowy: 40.39 g; suma cukrów prostych: 44.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.34 g;		
poniedziałek 2024-07-08		
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;		
poniedziałek 2024-07-08		
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 2024-07-08		
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;		
poniedziałek 2024-07-08		
Dieta: PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA		
	Podwieczorek: twaróg półtłusty 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 2024-07-09 Dieta: PODSTAWOWA		
Kasza jaglana na mleku 300g (MLE), Chleb mieszany KG 60g (GLU), Chleb razowy KG 40g (GLU), masło extra 15g (MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Pasta z ciecierzycy i warzyw 100g , Sałata masłowa kg 10g , ogórek spod osłon krótki 100g ,	Kompot owocowy 250g , Żurek 300g (GLU, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR), Makaron z pieczarkami 300g (GLU, MLE), jabłka champion 150g ,	papryka świeża, kolorowa 100g , Chleb mieszany KG 30g (GLU), Chleb razowy KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Herbata 250g , Twaróg z rzodkiewką 100g (MLE), Kefir 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2202.63 kcal; Białko ogółem: 84.05 g; Węglowodany ogółem: 337.25 g; Tłuszcz: 60.60 g; Sól: 3.65 g; Błonnik pokarmowy: 35.58 g; suma cukrów prostych: 81.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.47 g;		
wtorek 2024-07-09 Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
Kasza jaglana na mleku 300g (MLE), Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Pasta z ciecierzycy i warzyw 100g , Sałata masłowa kg 10g , pomidor spod osłon 100g ,	Kompot owocowy 250g , Zacierkowa 300ml (GLU, SEL), Makaron z cukinią 300g (GLU), jabłka champion 150g ,	Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Herbata 250g , twaróg z natką pietruszki 100g (MLE), pomidor spod osłon 100g , Kefir 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2136.88 kcal; Białko ogółem: 79.37 g; Węglowodany ogółem: 322.90 g; Tłuszcz: 62.23 g; Sól: 2.65 g; Błonnik pokarmowy: 20.62 g; suma cukrów prostych: 80.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.18 g;		
wtorek 2024-07-09 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), Herbata b/c 250g , Pasta z ciecierzycy i warzyw 100g , Sałata masłowa kg 10g , ogórek spod osłon krótki 100g , II Śniadanie: Chleb razowy KG 40g (GLU), Szyunka wp. gotowana 30g ,	Kompot owocowy b/c 250g , Żurek 300g (GLU, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR), Makaron razowy z pieczarkami 300g (GLU, MLE), jabłka champion 150g ,	Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), Herbata b/c 250g , Twaróg z rzodkiewką 100g (MLE), papryka świeża, kolorowa 100g , Kefir 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1643.72 kcal; Białko ogółem: 64.19 g; Węglowodany ogółem: 234.82 g; Tłuszcz: 50.31 g; Sól: 4.53 g; Błonnik pokarmowy: 39.32 g; suma cukrów prostych: 39.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.80 g;		
wtorek 2024-07-09 Dieta: 2 ŚNIADANIE DZIECI		
II Śniadanie: 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;		
wtorek 2024-07-09 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 2024-07-09 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;		
wtorek 2024-07-09 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