

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-08-14		
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 , pomidor spod osłon 100g , Salata masłowa kg 10g ,	Ogórkowa z ziemniakami 300ml (GLU, MLE, SEL), Filet z indyka faszerowany szpinakiem 120g (MLE), Kompot owocowy 250g , Buraki gotowane 150g (GLU),	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]: 2106.87 kcal; Białko ogółem: 106.66 g; Węglowodany ogółem: 254.54 g; Tłuszcz: 73.43 g; Sól: 8.85 g; Błonnik pokarmowy: 24.70 g; suma cukrów prostych: 69.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.70 g;		
środa 2024-08-14		
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 , pomidor spod osłon 100g , Salata masłowa kg 10g ,	Selerowa 300ml (GLU, SEL), Filet z indyka faszerowany szpinakiem 120g (MLE), Kompot owocowy 250g , Buraki gotowane 150g (GLU), Ziemniaki 200g ,	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]: 2328.08 kcal; Białko ogółem: 111.22 g; Węglowodany ogółem: 306.18 g; Tłuszcz: 76.06 g; Sól: 7.50 g; Błonnik pokarmowy: 21.44 g; suma cukrów prostych: 75.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.25 g;		
środa 2024-08-14		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Kawa mleczna b/c 250g (GLU, MLE), Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), szynka pieczona 70g , pomidor spod osłon 100g , Salata masłowa kg 10g , II Śniadanie: twaróg półtłusty 50g (MLE), Chleb razowy KG 40g (GLU),	Ogórkowa z ziemniakami 300ml (GLU, MLE, SEL), Filet z indyka faszerowany szpinakiem 120g (MLE), Kompot owocowy b/c 250g , jabłka champion 150g , Salata z sosem vinegrette 60g (GOR), Ziemniaki 200g ,	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]: 2294.91 kcal; Białko ogółem: 111.96 g; Węglowodany ogółem: 283.27 g; Tłuszcz: 78.07 g; Sól: 8.61 g; Błonnik pokarmowy: 35.13 g; suma cukrów prostych: 41.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.77 g;		
środa 2024-08-14		
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 2024-08-14		
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 2024-08-14		
Dieta: 2 ŚNIADANIE CUKRZYCA PATOLOGIA CIAŻY + POŁOŻNICTWO		
II Śniadanie: ser żółty twardy 30g (MLE), Chleb razowy KG 40g (GLU),		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 186.50 kcal; Białko ogółem: 10.47 g; Węglowodany ogółem: 18.03 g; Tłuszcz: 7.58 g; Sól: 0.94 g; Błonnik pokarmowy: 2.64 g; suma cukrów prostych: 0.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 4.20 g;		
środa 2024-08-14		
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 2024-08-15 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), Polędwica wp. bez osłony 70g, ogórek spod osłon krótki 100g, Sałata masłowa kg 10g,	Kompot owocowy 250g, Kasza jęczmienna 200g (GLU), Łopatka wieprzowa w pomidorach 120g, Porowa 300ml (GLU), Brokuły gotowane 200g,	Herbata 250g, Chleb razowy KG 80g (GLU), Chleb mieszany KG 30g (GLU), polędwica drobiowa 70g, papryka świeża, kolorowa 100g, masło extra 15g (MLE), jabłka champion 150g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2192.94 kcal; Białko ogółem: 104.44 g; Węglowodany ogółem: 313.62 g; Tłuszcz: 61.18 g; Sól: 6.04 g; Błonnik pokarmowy: 33.64 g; suma cukrów prostych: 79.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.11 g;		
czwartek 2024-08-15 Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
Makaron muszelka na mleku 300g (GLU, MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Polędwica wp. bez osłony 70g, pomidor spod osłon 100g, Sałata masłowa kg 10g,	Łopatka wieprzowa w pomidorach 120g, Brokuły gotowane 200g, Kompot owocowy 250g, Kasza jęczmienna 200g (GLU), Zacierkowa 300ml (GLU, SEL),	Herbata 250g, Bułka pszenna KG 80g (GLU), polędwica drobiowa 70g, pomidor spod osłon 100g, masło extra 15g (MLE), jabłka champion 150g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2175.56 kcal; Białko ogółem: 102.60 g; Węglowodany ogółem: 306.35 g; Tłuszcz: 64.45 g; Sól: 5.27 g; Błonnik pokarmowy: 21.35 g; suma cukrów prostych: 78.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.21 g;		
czwartek 2024-08-15 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Kawa mleczna b/c 250g (GLU, MLE), Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), Polędwica wp. bez osłony 70g, ogórek spod osłon krótki 100g, Sałata masłowa kg 10g, II Śniadanie: Chleb razowy KG 40g (GLU), ser żółty twardy 30g (MLE),	Łopatka wieprzowa w pomidorach 120g, Kasza jęczmienna 200g (GLU), Kompot owocowy b/c 250g, jabłka champion 150g, Porowa 300ml (GLU), Brokuły gotowane 200g,	Herbata b/c 250g, Chleb razowy KG 120g (GLU), polędwica drobiowa 70g, papryka świeża, kolorowa 100g, masło extra 15g (MLE), jabłka champion 150g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2155.49 kcal; Białko ogółem: 104.13 g; Węglowodany ogółem: 294.96 g; Tłuszcz: 64.09 g; Sól: 7.14 g; Błonnik pokarmowy: 42.64 g; suma cukrów prostych: 56.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.22 g;		
czwartek 2024-08-15 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 2024-08-15 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 2024-08-15 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 2024-08-15 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 Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-08-16		
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 , Pasta warzywna z jajkiem 100g (JAJ),	Chrzanowa 300ml (GLU, MLE, SEL), Kompot owocowy 250g , Ryba smażona 150g (GLU, JAJ, RYB), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszanej kapusty 150g ,	masło extra 15g (MLE), ser żółty twardy 70g (MLE), Sałatka z pekińską, pomidorem i kukurydzą 100g , Herbata 250g , Chleb mieszany KG 30g (GLU), Chleb razowy KG 80g (GLU), Pasta z ciecierzycy z suszonymi pomidorami 80g , bułka kajzerka 1szt (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2724.69 kcal; Białko ogółem: 104.48 g; Węglowodany ogółem: 354.41 g; Tłuszcz: 102.13 g; Sól: 9.16 g; Błonnik pokarmowy: 35.01 g; suma cukrów prostych: 66.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.70 g;		
piątek 2024-08-16		
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 , Pasta warzywna z jajkiem (L) 100g (JAJ),	Jarzynowa 300ml (GLU, MLE), Kompot owocowy 250g , Ryba gotowana 150g (GLU, RYB), Ziemniaki 200g , Kalafior gotowany 200g ,	Bułka pszenna KG 80g (GLU), Sałatka z pekińską, pomidorem i kukurydzą 100g , masło extra 15g (MLE), twaróg półtłusty 100g (MLE), Herbata 250g , Pasta z ciecierzycy z suszonymi pomidorami 80g , bułka kajzerka 1szt (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2286.27 kcal; Białko ogółem: 101.98 g; Węglowodany ogółem: 322.53 g; Tłuszcz: 69.36 g; Sól: 5.52 g; Błonnik pokarmowy: 21.68 g; suma cukrów prostych: 61.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.48 g;		
piątek 2024-08-16		
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 , Pasta warzywna z jajkiem 100g (JAJ), II Śniadanie: Chleb razowy KG 40g (GLU), filet z piersi indyka-wędzony 30g ,	Chrzanowa 300ml (GLU, MLE, SEL), Kompot owocowy b/c 250g , Ryba gotowana 150g (GLU, RYB), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszanej kapusty b/c 150g , jabłka champion 150g ,	Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), ser żółty twardy 70g (MLE), Sałatka z pekińską, pomidorem i kukurydzą 100g , Herbata b/c 250g , Pasta z ciecierzycy z suszonymi pomidorami 80g , Chleb razowy KG 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2422.42 kcal; Białko ogółem: 101.88 g; Węglowodany ogółem: 326.70 g; Tłuszcz: 79.33 g; Sól: 10.19 g; Błonnik pokarmowy: 47.44 g; suma cukrów prostych: 45.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.20 g;		
piątek 2024-08-16		
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 2024-08-16		
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 2024-08-16		
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 2024-08-16		
Dieta: PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA		
	Podwieczorek: ser żółty twardy 30g (MLE), Chleb razowy KG 40g (GLU),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 186.50 kcal; Białko ogółem: 10.47 g; Węglowodany ogółem: 18.03 g; Tłuszcz: 7.58 g; Sól: 0.94 g; Błonnik pokarmowy: 2.64 g; suma cukrów prostych: 0.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 4.20 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-08-17		
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), Szynek wp. 70g , ogórek kwaszony 100g , Sałata masłowa kg 10g ,	Krupnik 300ml (GLU, SEL), Ryż biały gotowany 150g , Marchew gotowana 150g (GLU), Kompot owocowy 250g , Schab duszony w sosie pieczeniowym 120g (GLU),	Herbata 250g , Chleb razowy KG 80g (GLU), Chleb mieszany KG 30g (GLU), Szynek wp. gotowana 70g , masło extra 15g (MLE), papryka świeża, kolorowa 100g , Maślanka 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2279.36 kcal; Białko ogółem: 103.75 g; Węglowodany ogółem: 326.75 g; Tłuszcz: 64.29 g; Sól: 10.63 g; Błonnik pokarmowy: 30.61 g; suma cukrów prostych: 70.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.03 g;		
sobota 2024-08-17		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
Płatki owsiane na mleku 300g (GLU, MLE), Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Szynek wp. 70g , pomidor spod osłon 100g , Sałata masłowa kg 10g ,	Krupnik 300ml (GLU, SEL), Ryż biały gotowany 150g , Marchew gotowana 150g (GLU), Kompot owocowy 250g , Schab duszony w sosie pieczeniowym 120g (GLU),	Herbata 250g , Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szynek wp. gotowana 70g , pomidor spod osłon 100g , Maślanka 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2219.16 kcal; Białko ogółem: 100.45 g; Węglowodany ogółem: 311.85 g; Tłuszcz: 67.00 g; Sól: 8.07 g; Błonnik pokarmowy: 18.81 g; suma cukrów prostych: 71.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.00 g;		
sobota 2024-08-17		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), Kawa mleczna b/c 250g (GLU, MLE), Szynek wp. 70g , ogórek kwaszony 100g , Sałata masłowa kg 10g , II Śniadanie: Chleb razowy KG 30g (GLU), ser żółty twardy 30g (MLE),	Krupnik 300ml (GLU, SEL), Ryż brązowy 150g , Surówka z marchwii 150g , Kompot owocowy b/c 250g , jabłka champion 150g , Schab duszony w sosie pieczeniowym 120g (GLU),	masło extra 15g (MLE), Szynek wp. gotowana 70g , Herbata b/c 250g , papryka świeża, kolorowa 100g , Chleb razowy KG 120g (GLU), Maślanka 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2188.18 kcal; Białko ogółem: 102.48 g; Węglowodany ogółem: 296.98 g; Tłuszcz: 67.57 g; Sól: 11.61 g; Błonnik pokarmowy: 42.51 g; suma cukrów prostych: 46.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.62 g;		
sobota 2024-08-17		
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 2024-08-17		
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 2024-08-17		
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 2024-08-17		
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 2024-08-18		
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, Kapuśniak light 300ml (GLU, SEL, GOR), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Potrawka drobiowa 150g (GLU, GOR), Sałata z sosem vinegrette 60g (GOR),	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]: 2188.47 kcal; Białko ogółem: 93.97 g; Węglowodany ogółem: 306.04 g; Tłuszcz: 68.05 g; Sól: 7.46 g; Błonnik pokarmowy: 31.11 g; suma cukrów prostych: 66.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.84 g;		
niedziela 2024-08-18		
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, Kapuśniak light 300ml (GLU, SEL, GOR), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Potrawka drobiowa 150g (GLU, GOR), Sałata z sosem vinegrette 60g (GOR),	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]: 2150.57 kcal; Białko ogółem: 91.92 g; Węglowodany ogółem: 294.88 g; Tłuszcz: 71.13 g; Sól: 6.64 g; Błonnik pokarmowy: 20.24 g; suma cukrów prostych: 69.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.88 g;		
niedziela 2024-08-18		
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, Kapuśniak light 300ml (GLU, SEL, GOR), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Potrawka drobiowa 150g (GLU, GOR), Sałata z sosem vinegrette 60g (GOR), 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]: 2211.47 kcal; Białko ogółem: 95.19 g; Węglowodany ogółem: 300.31 g; Tłuszcz: 70.99 g; Sól: 7.70 g; Błonnik pokarmowy: 38.91 g; suma cukrów prostych: 56.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.96 g;		
niedziela 2024-08-18		
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 2024-08-18		
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 2024-08-18		
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 2024-08-18		
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 2024-08-19		
Dieta: PODSTAWOWA		
Ryż na mleku 300g (MLE), Chleb razowy KG 40g (GLU), Chleb mieszany KG 60g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szyńska drobiowa 70g, Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), ogórek spod osłon krótki 100g,	Pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Kalafor gotowany 200g, Kompot owocowy 250g, Rumszyk z cebulką 140g (GLU, JAJ), Ziemniaki 200g,	Chleb mieszany KG 30g (GLU), Chleb razowy KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szyńkówka wp. 70g, Herbata 250g, Rzodkiewka plastry 30g, Słupki warzyw 100g, Hummus 80g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2250.49 kcal; Białko ogółem: 89.32 g; Węglowodany ogółem: 307.21 g; Tłuszcz: 74.56 g; Sól: 6.63 g; Błonnik pokarmowy: 30.12 g; suma cukrów prostych: 71.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.08 g;		
poniedziałek 2024-08-19		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
Ryż na mleku 300g (MLE), Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szyńska drobiowa 70g, Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), pomidor spod osłon 100g,	Pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Kalafor gotowany 200g, Kompot owocowy 250g, Szyńska gotowana 120g (SEL), Ziemniaki 200g,	Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szyńkówka wp. 70g, Herbata 250g, pomidor spod osłon 100g, Słupki warzyw (L) 100g, Hummus 80g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2117.44 kcal; Białko ogółem: 93.36 g; Węglowodany ogółem: 285.93 g; Tłuszcz: 68.91 g; Sól: 5.68 g; Błonnik pokarmowy: 19.32 g; suma cukrów prostych: 74.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.71 g;		
poniedziałek 2024-08-19		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szyńska drobiowa 70g, Kawa mleczna b/c 250g (GLU, MLE), ogórek spod osłon krótki 100g, II Śniadanie: Chleb razowy KG 40g (GLU), filet z piersi indyka-wędzony 30g,	Pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Kalafor gotowany 200g, Kompot owocowy b/c 250g, jabłka champion 150g, Szyńska gotowana 120g (SEL), Ziemniaki 200g,	Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szyńkówka wp. 70g, Rzodkiewka plastry 30g, Herbata b/c 250g, Słupki warzyw 100g, Hummus 80g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2039.84 kcal; Białko ogółem: 95.14 g; Węglowodany ogółem: 272.39 g; Tłuszcz: 62.64 g; Sól: 7.84 g; Błonnik pokarmowy: 38.79 g; suma cukrów prostych: 43.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.79 g;		
poniedziałek 2024-08-19		
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 2024-08-19		
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 2024-08-19		
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 2024-08-19		
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 2024-08-20		
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 tuńczyka 100g (JAJ, RYB), Sałata masłowa kg 10g , ogórek spod osłon krótki 100g ,	Kompot owocowy 250g , Jarzynowa 300ml (GLU, MLE), Makaron z brokołem i fetą 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]: 2396.98 kcal; Białko ogółem: 101.86 g; Węglowodany ogółem: 338.23 g; Tłuszcz: 73.08 g; Sól: 4.81 g; Błonnik pokarmowy: 29.39 g; suma cukrów prostych: 77.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.86 g;		
wtorek 2024-08-20		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
Kasza jaglana na mleku 300g (MLE), Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Pasta z tuńczyka 100g (JAJ, RYB), Sałata masłowa kg 10g , pomidor spod osłon 100g ,	Kompot owocowy 250g , Jarzynowa 300ml (GLU, MLE), Makaron z brokołem i fetą 300g (GLU, MLE), 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]: 2338.60 kcal; Białko ogółem: 99.24 g; Węglowodany ogółem: 322.96 g; Tłuszcz: 75.82 g; Sól: 3.99 g; Błonnik pokarmowy: 17.86 g; suma cukrów prostych: 77.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.83 g;		
wtorek 2024-08-20		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), Herbata b/c 250g , Pasta z tuńczyka 100g (JAJ, RYB), Sałata masłowa kg 10g , ogórek spod osłon krótki 100g , II Śniadanie: Chleb razowy KG 40g (GLU), Szynka wp. gotowana 30g ,	Kompot owocowy b/c 250g , Jarzynowa 300ml (GLU, MLE), Makaron razowy z brokołem i fetą 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]: 1759.87 kcal; Białko ogółem: 79.36 g; Węglowodany ogółem: 220.13 g; Tłuszcz: 62.11 g; Sól: 5.67 g; Błonnik pokarmowy: 32.61 g; suma cukrów prostych: 35.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.03 g;		
wtorek 2024-08-20		
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 2024-08-20		
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 2024-08-20		
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 2024-08-20		
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