

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-08-21</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 300g ( <i>MLE</i> ), Kawa mleczna 250g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb mieszany KG 60g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy KG 40g ( <i>GLU</i> ), masło extra 15g ( <i>MLE</i> ), Sałatka z wędliną i nasionami słonecznika 150g ( <i>JAJ,</i> <i>GOR</i> ), Sałata masłowa kg 10g ,	cukiniowa 300ml ( <i>GLU</i> ), Udziec z kurczaka pieczony 160g , Ryż biały gotowany 150g , Kompot owocowy 250g , Fasolka szparagowa 160g ,	Herbata 250g , Chleb mieszany KG 30g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy KG 80g ( <i>GLU</i> ), polędwica drobiowa 70g , Sałatka z pekińską, pomidorem i kukurydzą 100g , Pieczywo chrupkie żytnie 20g ( <i>GLU</i> ), masło extra 15g ( <i>MLE</i> ), dżem - różne smaki 20g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2337.93 kcal; Białko ogółem: 95.53 g; Węglowodany ogółem: 305.48 g; Tłuszcz: 80.68 g; Sól: 7.19 g; Błonnik pokarmowy: 26.47 g; suma cukrów prostych: 63.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.01 g;		
<b>środa 2024-08-21</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 300g ( <i>MLE</i> ), Kawa mleczna 250g ( <i>GLU, MLE</i> ), Bułka pszenna KG 80g ( <i>GLU</i> ), masło extra 15g ( <i>MLE</i> ), Sałatka z wędliną i nasionami słonecznika L 150g , Sałata masłowa kg 10g ,	cukiniowa 300ml ( <i>GLU</i> ), Udziec z kurczaka pieczony 160g , Ryż biały gotowany 150g , Fasolka szparagowa 160g , Kompot owocowy 250g ,	Herbata 250g , Bułka pszenna KG 80g ( <i>GLU</i> ), masło extra 15g ( <i>MLE</i> ), polędwica drobiowa 70g , Sałatka z pekińską, pomidorem i kukurydzą 100g , Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20g , dżem - różne smaki 20g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2224.93 kcal; Białko ogółem: 93.25 g; Węglowodany ogółem: 295.94 g; Tłuszcz: 75.62 g; Sól: 6.18 g; Błonnik pokarmowy: 13.62 g; suma cukrów prostych: 66.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.52 g;		
<b>środa 2024-08-21</b> <b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Kawa mleczna b/c 250g ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb razowy KG 120g ( <i>GLU</i> ), masło extra 15g ( <i>MLE</i> ), Sałatka z wędliną i nasionami słonecznika 150g ( <i>JAJ, GOR</i> ), Sałata masłowa kg 10g , <b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy KG 40g ( <i>GLU</i> ), twaróg półtłusty 50g ( <i>MLE</i> ),	cukiniowa 300ml ( <i>GLU</i> ), Udziec z kurczaka pieczony 160g , Ryż brązowy 150g , Fasolka szparagowa 160g , Kompot owocowy b/c 250g , jabłka champion 150g ,	Herbata b/c 250g , Chleb razowy KG 120g ( <i>GLU</i> ), masło extra 15g ( <i>MLE</i> ), polędwica drobiowa 70g , Sałatka z pekińską, pomidorem i kukurydzą 100g , Pieczywo chrupkie żytnie 20g ( <i>GLU</i> ), Pasta z białej fasolki 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2529.92 kcal; Białko ogółem: 108.99 g; Węglowodany ogółem: 323.72 g; Tłuszcz: 89.25 g; Sól: 8.71 g; Błonnik pokarmowy: 47.44 g; suma cukrów prostych: 37.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.36 g;		
<b>środa 2024-08-21</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 2024-08-21</b> <b>Dieta: PODWIECZOREK DZIECI</b>		
	<b>Podwieczorek:</b> Płatie mleczko 100g ( <i>MLE</i> ),	
<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 2024-08-21</b> <b>Dieta: 2 ŚNIADANIE CUKRZYCA PATOLOGIA CIĄŻY + POŁOŻNICTWO</b>		
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy KG 40g ( <i>GLU</i> ), ser żółty twardy 30g ( <i>MLE</i> ),		
<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 2024-08-21</b> <b>Dieta: PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA</b>		
	<b>Podwieczorek:</b> Chleb razowy KG 40g ( <i>GLU</i> ), twaróg półtłusty 50g ( <i>MLE</i> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 158.00 kcal; Białko ogółem: 11.99 g; Węglowodany ogółem: 19.85 g; Tłuszcz: 2.91 g; Sól: 0.54 g; Błonnik pokarmowy: 2.64 g; suma cukrów prostych: 1.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.40 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-08-22</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, papryka świeża, kolorowa 100g,	Ogórkowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Kalafior gotowany 200g, Kompot owocowy 250g, Filet z kurczaka z suszonymi pomidorami 120g, Ziemniaki 200g,	Herbata 250g, Chleb razowy KG 80g ( <b>GLU</b> ), Chleb mieszany KG 30g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Polędwica wp. bez osłony 70g, pomidor spod osłon 100g, jogurt naturalny 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2213.14 kcal; Białko ogółem: 112.38 g; Węglowodany ogółem: 307.91 g; Tłuszcz: 61.68 g; Sól: 6.84 g; Błonnik pokarmowy: 31.63 g; suma cukrów prostych: 67.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.88 g;		
<b>czwartek 2024-08-22</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
Kasza manna na mleku 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa mleczna 250g ( <b>GLU, MLE</b> ), Bułka pszenna KG 80g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), szynka pieczona 70g, Sałata masłowa kg 10g, pomidor spod osłon 100g,	Zupa z warzyw korzeniowych 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Kalafior gotowany 200g, Kompot owocowy 250g, Filet z kurczaka z suszonymi pomidorami 120g, Ziemniaki 200g,	Herbata 250g, Bułka pszenna KG 80g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Polędwica wp. bez osłony 70g, pomidor spod osłon 100g, jogurt naturalny 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2157.69 kcal; Białko ogółem: 110.46 g; Węglowodany ogółem: 296.14 g; Tłuszcz: 63.78 g; Sól: 5.54 g; Błonnik pokarmowy: 24.04 g; suma cukrów prostych: 70.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.33 g;		
<b>czwartek 2024-08-22</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> ), szynka pieczona 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> ),	Ogórkowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Kompot owocowy b/c 250g, Kalafior gotowany 200g , Filet z kurczaka z suszonymi pomidorami 120g, jabłka champion 150g, Ziemniaki 200g,	Herbata b/c 250g, Chleb razowy KG 120g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Polędwica wp. bez osłony 70g, pomidor spod osłon 100g, jogurt naturalny 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2174.64 kcal; Białko ogółem: 114.58 g; Węglowodany ogółem: 296.09 g; Tłuszcz: 60.31 g; Sól: 7.55 g; Błonnik pokarmowy: 40.66 g; suma cukrów prostych: 50.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.30 g;		
<b>czwartek 2024-08-22</b>		
<b>Dieta: 2 ŚNIADANIE DZIECI</b>		
<b>II Śniadanie:</b> śliwka 100g,		
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 49.00 kcal; Białko ogółem: 0.60 g; Węglowodany ogółem: 11.70 g; Tłuszcz: 0.30 g; Sól: 0.01 g; Błonnik pokarmowy: 1.60 g; suma cukrów prostych: 8.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.04 g;		
<b>czwartek 2024-08-22</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 2024-08-22</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 2024-08-22</b>		
<b>Dieta: PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA</b>		
	<b>Podwieczorek:</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;		

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-08-23</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,	Barszcz czerwony 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Pulpet z ryby gotowany z sosem koperkowym 160g ( <b>GLU, JAJ, RYB, MLE</b> ), Ziemniaki 200g, Kompot owocowy 250g, Surówka z papryki 120g ( <b>GOR</b> ),	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> ), kiwi 100g, Rzodkiewka plastry 30g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2443.15 kcal; Białko ogółem: 98.92 g; Węglowodany ogółem: 320.21 g; Tłuszcz: 87.75 g; Sól: 8.27 g; Błonnik pokarmowy: 31.64 g; suma cukrów prostych: 81.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.88 g;		
<b>piątek 2024-08-23</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
Płatki owsiane na mleku 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa mleczna 250g ( <b>GLU, MLE</b> ), Bułka pszenna KG 80g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Pasta jajeczna z natką pietruszki 100g ( <b>JAJ</b> ), pomidor spod osłon 100g, Sałata masłowa kg 10g,	Barszcz czerwony 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Pulpet z ryby gotowany z sosem koperkowym 160g ( <b>GLU, JAJ, RYB, MLE</b> ), Ziemniaki 200g, Kompot owocowy 250g, Sałata z sosem vinegrette 60g ( <b>GOR</b> ),	Herbata 250g, Bułka pszenna KG 80g ( <b>GLU</b> ), twaróg półtłusty 100g ( <b>MLE</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), kiwi 100g, pomidor spod osłon 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2284.56 kcal; Białko ogółem: 95.70 g; Węglowodany ogółem: 306.77 g; Tłuszcz: 78.63 g; Sól: 4.73 g; Błonnik pokarmowy: 19.12 g; suma cukrów prostych: 84.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.81 g;		
<b>piątek 2024-08-23</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> ), 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,	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml ( <b>MLE, SEL</b> ), Pulpet z ryby gotowany z sosem koperkowym 160g ( <b>GLU, JAJ, RYB, MLE</b> ), Ziemniaki 200g, Kompot owocowy b/c 250g, Surówka z papryki 120g ( <b>GOR</b> ),	Herbata 250g, Chleb razowy KG 120g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), ser żółty twardy 70g ( <b>MLE</b> ), kiwi 100g, Rzodkiewka plastry 30g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2236.93 kcal; Białko ogółem: 95.91 g; Węglowodany ogółem: 284.68 g; Tłuszcz: 79.74 g; Sól: 9.52 g; Błonnik pokarmowy: 36.53 g; suma cukrów prostych: 47.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.01 g;		
<b>piątek 2024-08-23</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 2024-08-23</b>		
<b>Dieta: PODWIECZOREK DZIECI</b>		
	<b>Podwieczorek:</b> arbuz 150g,	
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>piątek 2024-08-23</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 2024-08-23</b>		
<b>Dieta: PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA</b>		
	<b>Podwieczorek:</b> Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ), twaróg półtłusty 50g ( <b>MLE</b> ), miód pszczeli 5g,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 173.95 kcal; Białko ogółem: 12.01 g; Węglowodany ogółem: 23.83 g; Tłuszcz: 2.91 g; Sól: 0.54 g; Błonnik pokarmowy: 2.64 g; suma cukrów prostych: 1.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.40 g;		









**Jadłospisy dla oddziałów**

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