

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-13 niedziela	Szpital Maz. dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) Wędzonka krotoszyńska 60 g (MIĘ) Pomidor 80 g Sałata 10 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Owoc 1 szt Herbata 300 ml	Kajzerka 1 szt (GLU) Szynka staropolska 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Sztuka mięsa gotowana 100 g (MIĘ) Sos pietruszkowy 50 g (BIA) Surówka z pora, marchewki i jabłka 120 g Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 300 ml	twaróg (ser biały) 60 g (BIA) Ogórki kiszzone 80 Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Herbata 300 ml Masło śmietankowe 15 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 343,7 Białko ogółem [g] 120,5 Tłuszcz [g] 70 Węglowodany ogółem [g] 324,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,6 suma cukrów prostych [g] 46,6 Sól [g] 4,6 WW [Por] 32,6
	Szpital Maz. dieta cukrzycowa	Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) Wędzonka krotoszyńska 60 g (MIĘ) Pomidor 80 g Sałata 10 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Owoc 1 szt Herbata 300 ml	Kajzerka 1 szt (GLU) Szynka staropolska 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Sztuka mięsa gotowana 100 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z pora, marchewki i jabłka 120 g Kompot owocowy 300 ml Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	twaróg (ser biały) 60 g (BIA) Ogórki kiszzone 80 Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Herbata 300 ml Masło śmietankowe 15 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 246,1 Białko ogółem [g] 117,4 Tłuszcz [g] 69,9 Węglowodany ogółem [g] 306,6 Błonnik pokarmowy [g] 39,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,6 suma cukrów prostych [g] 47,2 Sól [g] 4,5 WW [Por] 30,8
	Szpital Maz. dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) Wędzonka krotoszyńska 60 g (MIĘ) Pomidor 80 g Sałata 10 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Owoc 1 szt Herbata 300 ml	Kajzerka 1 szt (GLU) Szynka staropolska 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Sztuka mięsa gotowana 100 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Dymia gotowana 120 g Kompot owocowy 300 ml Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	Pomidor 80 Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Herbata 300 ml Masło śmietankowe 15 g (BIA) twaróg (ser biały) 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 260,6 Białko ogółem [g] 118,6 Tłuszcz [g] 68,2 Węglowodany ogółem [g] 309,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4 suma cukrów prostych [g] 42,2 Sól [g] 4 WW [Por] 31,2
	Szpital Maz. Wysokokaloryczna	Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) Wędzonka krotoszyńska 60 g (MIĘ) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pomidor 80 g Sałata 10 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Owoc 1 szt Herbata 300 ml	Kajzerka 1 szt (GLU) Szynka staropolska 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Sztuka mięsa gotowana 120 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z pora, marchewki i jabłka 120 g Kompot owocowy 300 ml Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	Szynka drobiowa 40 g (MIĘ) twaróg (ser biały) 60 g (BIA) Ogórki kiszzone 80 Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Herbata 300 ml Masło śmietankowe 15 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 711,3 Białko ogółem [g] 151,5 Tłuszcz [g] 83,6 Węglowodany ogółem [g] 356,3 Błonnik pokarmowy [g] 35,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,9 suma cukrów prostych [g] 47,6 Sól [g] 6,4 WW [Por] 35,8

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-13 niedziela	Dieta Wegetariańska	Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pomidor 80 g Sałata 10 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Owoc 1 szt Herbata 300 ml	Kajzerka 1 szt (GLU) Ser żółty 30 g (BIA) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Kotlet jajeczny 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z pora, marchewki i jabłka 120 g Kompot owocowy 300 ml Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	twaróg (ser biały) 60 g (BIA) Ogórki kiszane 80 g Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Herbata 300 ml Masło śmietankowe 15 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 381,2 Białko ogółem [g] 93,1 Tłuszcz [g] 75,8 Węglowodany ogółem [g] 349,5 Błonnik pokarmowy [g] 35,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33 suma cukrów prostych [g] 46,7 Sól [g] 5,3 WW [Por] 35,1
	Szpital Maz. dieta podstawowa	Płatki jaglane na mleku 350 ml (BIA) Szynka wójtka 60 g (MIĘ) Pomidor 80 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Owoc 1 szt Herbata 300 ml	Kajzerka 1 szt (GLU) Pasta warzywna 50 g Masło śmietankowe 10 g (BIA)	Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, MIĘ) Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka wielowarzywna 120 g Kompot owocowy 300 ml	Paprykarz rybny 130 g (RYB) Sałata 10 g Ogórek świeży 80 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Herbata 300 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 568,8 Białko ogółem [g] 150,1 Tłuszcz [g] 67,7 Węglowodany ogółem [g] 367,7 Błonnik pokarmowy [g] 54,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 suma cukrów prostych [g] 74,8 Sól [g] 8,2 WW [Por] 36,9
	Szpital Maz. dieta cukrzycowa	Płatki jaglane na mleku 350 ml (BIA) Szynka wójtka 60 g (MIĘ) Pomidor 80 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Owoc 1 szt Herbata 300 ml	Kajzerka 1 szt (GLU) Pasta warzywna 50 g Masło śmietankowe 10 g (BIA)	Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, MIĘ) Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka wielowarzywna 120 g Kompot owocowy 300 ml	Paprykarz rybny 130 g (RYB) Sałata 10 g Ogórek świeży 80 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Herbata 300 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 471,1 Białko ogółem [g] 146,9 Tłuszcz [g] 67,6 Węglowodany ogółem [g] 349,7 Błonnik pokarmowy [g] 61 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 suma cukrów prostych [g] 75,4 Sól [g] 8 WW [Por] 35
	Szpital Maz. dieta łatwostrawna	Płatki jaglane na mleku 350 ml (BIA) Szynka wójtka 60 g (MIĘ) Pomidor 80 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Owoc 1 szt Herbata 300 ml	Kajzerka 1 szt (GLU) Pasta warzywna 50 g Masło śmietankowe 10 g (BIA)	Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Marchewka gotowana 120 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 300 ml	Paprykarz rybny 130 g (RYB) Sałata 10 g Pomidor 80 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Herbata 300 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 423,2 Białko ogółem [g] 139,6 Tłuszcz [g] 70,2 Węglowodany ogółem [g] 331,6 Błonnik pokarmowy [g] 44,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,9 suma cukrów prostych [g] 63,5 Sól [g] 7,3 WW [Por] 33,2

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-14 poniedziałek	Szpital Maz. Wysokokaloryczna	Płatki jaglane na mleku 350 ml (BIA) Szynka wójtka 60 g (MIĘ) Ser biały 50 g (BIA) Pomidor 80 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Owoc 1 szt Herbata 300 ml	Kajzerka 1 szt (GLU) Pasta warzywna 50 g Masło śmietankowe 10 g (BIA)	Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, MIĘ) Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka wielowarzywna 120 g Kompot owocowy 300 ml	Paprykarz rybny 130 g (RYB) Hummus 50 g Sałata 10 g Ogórek świeży 80 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Herbata 300 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 810,7 Białko ogółem [g] 168,6 Tłuszcz [g] 71,1 Węglowodany ogółem [g] 405,8 Błonnik pokarmowy [g] 62,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1 suma cukrów prostych [g] 79,3 Sól [g] 8,5 WW [Por] 40,7
	Dieta Vegetariańska	Płatki jaglane na mleku 350 ml (BIA) Ser biały 90 g (BIA) Dżem 25 g Pomidor 80 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Owoc 1 szt Herbata 300 ml	Kajzerka 1 szt (GLU) Pasta warzywna 50 g Masło śmietankowe 10 g (BIA)	Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Gulasz warzywny 170 g (GLU) Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka wielowarzywna 120 g Kompot owocowy 300 ml	Paprykarz rybny 130 g (RYB) Sałata 10 g Ogórek świeży 80 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Herbata 300 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 717,5 Białko ogółem [g] 137,4 Tłuszcz [g] 61,1 Węglowodany ogółem [g] 443 Błonnik pokarmowy [g] 74 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1 suma cukrów prostych [g] 125,5 Sól [g] 8,5 WW [Por] 44,5
2025-04-15 wtorek	Szpital Maz. dieta podstawowa	płatki ryżowe na mleku 350 ml (BIA) Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Filet kruchy 50 g (MIĘ) Sałata 10 g Rzodkiewka 80 g Herbata 400 ml Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Polędwica sopocka 30 g (MIĘ)	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA, SEL) Gołąbek francuski mięsno ryżowy 100 (GLU, MIĘ) Sos pomidorowy 50 g (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka colesław 120 g (JAJ) Kompot owocowy 300 ml	Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Schab gotowany 60 g (MIĘ) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL) Sałata 10 g Herbata 400 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 639,4 Białko ogółem [g] 141,2 Tłuszcz [g] 71,4 Węglowodany ogółem [g] 401,9 Błonnik pokarmowy [g] 61,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 suma cukrów prostych [g] 87,7 Sól [g] 8,4 WW [Por] 40,3
	Szpital Maz. dieta cukrzycowa	płatki ryżowe na mleku 350 ml (BIA) Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Filet kruchy 50 g (MIĘ) Sałata 10 g Rzodkiewka 80 g Herbata 400 ml Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Polędwica sopocka 30 g (MIĘ)	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA, SEL) Gołąbek francuski mięsno ryżowy 100 (GLU, MIĘ) Sos pomidorowy 50 g (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka colesław 120 g (JAJ) Kompot owocowy 300 ml	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Schab gotowany 60 g (MIĘ) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL) Sałata 10 g Herbata 400 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 534 Białko ogółem [g] 138,1 Tłuszcz [g] 71 Węglowodany ogółem [g] 380,3 Błonnik pokarmowy [g] 62,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8 suma cukrów prostych [g] 87,6 Sól [g] 8 WW [Por] 38,1

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-15 wtorek	Szpital Maz. dieta łatwostrawna	płatki ryżowe na mleku 350 ml (BIA) Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Filet kruchy 50 g (MIĘ) Sałata 10 g Pomidor 80 g Herbata 400 ml Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Polędwica sopocka 30 g (MIĘ)	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, SEL) Pulpetywieprzowe gotowane 110 g (GLU, MIĘ) Sos pomidorowy 50 g (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 120 g (GLU) Kompot owocowy 300 ml	Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Schab gotowany 60 g (MIĘ) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL) Sałata 10 g Herbata 400 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 420 Białko ogółem [g] 134 Tłuszcz [g] 68,5 Węglowodany ogółem [g] 353,2 Błonnik pokarmowy [g] 47,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 suma cukrów prostych [g] 79,2 Sól [g] 7,7 WW [Por] 35,5
	Szpital Maz. Wysokokaloryczna	płatki ryżowe na mleku 350 ml (BIA) Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Filet kruchy 50 g (MIĘ) Sałata 10 g Rzodkiewka 80 g Herbata 400 ml Owoc 1 szt Twarożek 40 g (BIA)	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Polędwica sopocka 30 g (MIĘ)	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA, SEL) Gołąbek francuski mięsno ryżowy 130 g (GLU, MIĘ) Sos pomidorowy 50 g (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka colesław 120 g (JAJ) Kompot owocowy 300 ml	Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Schab gotowany 60 g (MIĘ) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL) Sałata 10 g Herbata 400 ml twaróg (ser biały) 80 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 974,8 Białko ogółem [g] 170,2 Tłuszcz [g] 79,8 Węglowodany ogółem [g] 439,3 Błonnik pokarmowy [g] 63,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,9 suma cukrów prostych [g] 91,9 Sól [g] 9,1 WW [Por] 43,9
	Dieta Wegetariańska	płatki ryżowe na mleku 350 ml (BIA) Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Twarożek 90 g (BIA) Sałata 10 g Rzodkiewka 80 g Herbata 400 ml Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Ser żółty 30 g (BIA)	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA, SEL) Pulpety warzywne 120 g Sos pomidorowy 50 g (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka colesław 120 g (JAJ) Kompot owocowy 300 ml	Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) twaróg (ser biały) 80 g (BIA) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL) Sałata 10 g Herbata 400 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 567,8 Białko ogółem [g] 107,4 Tłuszcz [g] 66,7 Węglowodany ogółem [g] 416,8 Błonnik pokarmowy [g] 63,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1 suma cukrów prostych [g] 94,7 Sól [g] 6 WW [Por] 41,7
	Szpital Maz. dieta podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku 350 g (BIA) Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) twarożek z suszonymi pomidorami 90 g (BIA) Sałata 10 g Ogórek świeży 80 g Owoc 1 szt Herbata 400 ml	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Szynka galicyjska 30 g (MIĘ)	Zupa zacierkowa 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Pieczeń rzymska 100 g (MIĘ, GOR) Surówka z ogórkiem kiszonym 120 g Kompot owocowy 300 ml Sos pieczarkowy 50 g	Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Szynka włoska 60 g (MIĘ) Sałata 10 g Pomidor 80 g Herbata 400 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 446 Białko ogółem [g] 125,5 Tłuszcz [g] 80,8 Węglowodany ogółem [g] 314,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,5 suma cukrów prostych [g] 31,4 Sól [g] 5 WW [Por] 31,5

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA	
2025-04-16 środa	Szpital Maz. dieta cukrzycowa	Kasza kukurydziana na mleku 350 g (BIA) Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) twarożek z suszonymi pomidorami 90 g (BIA) Sałata 10 g Ogórek świeży 80 g Owoc 1 szt Herbata 400 ml	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Szynka galicyjska 30 g (MIĘ)	Zupa zacierkowa 350 ml (SEL) Pieczeń rzymska 100 g (MIĘ, GOR) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z ogórkiem kiszonym 120 g Kompot owocowy 300 ml Sos pieczarkowy 50 g	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Szynka włoska 60 g (MIĘ) Sałata 10 g Pomidor 80 g Herbata 400 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 340,6 Białko ogółem [g] 122,4 Tłuszcz [g] 80,4 Węglowodany ogółem [g] 293 Błonnik pokarmowy [g] 28,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4 suma cukrów prostych [g] 31,3 Sól [g] 4,6 WW [Por] 29,3
	Szpital Maz. dieta łatwostrawna	Kasza kukurydziana na mleku 350 g (BIA) Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) twarożek z suszonymi pomidorami 90 g (BIA) Sałata 10 g Pomidor 80 g Owoc 1 szt Herbata 400 ml	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Szynka galicyjska 30 g (MIĘ)	Zupa zacierkowa 350 ml (SEL) Pieczeń rzymska 100 g (MIĘ, GOR) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet warzyw 120 g Kompot owocowy 300 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU) Pomidor 80 g	Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Szynka włoska 60 g (MIĘ) Herbata 400 ml Sałata 10 g Pomidor 80 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 477,4 Białko ogółem [g] 133,4 Tłuszcz [g] 75,5 Węglowodany ogółem [g] 334 Błonnik pokarmowy [g] 40,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,9 suma cukrów prostych [g] 58,4 Sól [g] 5,1 WW [Por] 33,4
	Szpital Maz. Wysokokaloryczna	Kasza kukurydziana na mleku 350 g (BIA) Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) twarożek z suszonymi pomidorami 90 g (BIA) Sałata 10 g Ogórek świeży 80 g Owoc 1 szt Herbata 400 ml Kiełbasa kanapkowa 30 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Szynka galicyjska 30 g (MIĘ)	Zupa zacierkowa 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Pieczeń rzymska 120 g (MIĘ, GOR) Surówka z ogórkiem kiszonym 120 g Kompot owocowy 300 ml Sos pieczarkowy 50 g	Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Szynka włoska 60 g (MIĘ) Sałata 10 g Pomidor 80 g Herbata 400 ml Twarożek 90 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 815,1 Białko ogółem [g] 158,1 Tłuszcz [g] 92,2 Węglowodany ogółem [g] 349,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,7 suma cukrów prostych [g] 35,3 Sól [g] 6,3 WW [Por] 35
	Dieta Wegetariańska	Kasza kukurydziana na mleku 350 g (BIA) Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) twarożek z suszonymi pomidorami 90 g (BIA) Sałata 10 g Ogórek świeży 80 g Owoc 1 szt Herbata 400 ml	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Ser żółty 30 g (BIA)	Zupa zacierkowa 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Kotlet jajeczny 100 g (GLU, JAJ) Surówka z ogórkiem kiszonym 120 g Kompot owocowy 300 ml Sos pieczarkowy 50 g	Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Twarożek 90 g (BIA) Sałata 10 g Pomidor 80 g Herbata 400 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 458,8 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 81 Węglowodany ogółem [g] 340 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5 suma cukrów prostych [g] 33,3 Sól [g] 5,3 WW [Por] 34,1

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-17 czwartek	Szpital Maz. dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) Sałata 10 g Pomidor 80 g Owoc 1 szt Herbata 400 ml	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) twarożek z koperkiem 30 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU) Zupa koperkowa 350 ml (BIA, SEL) Roladka schabowa ze szpinakiem 100 g (MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Surówka francuska 120 g (JAJ)	Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Szynka chłopska 60 (MIĘ) Sałata 10 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pasta z zielonego groszku 80 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 483,5 Białko ogółem [g] 146,9 Tłuszcz [g] 71,4 Węglowodany ogółem [g] 329,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36 suma cukrów prostych [g] 35,8 Sól [g] 4,5 WW [Por] 33
	Szpital Maz. dieta cukrzycowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) Sałata 10 g Owoc 1 szt Pomidor 80 g Szynka galicyjska 60 g (MIĘ)	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) twarożek z koperkiem 30 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa koperkowa 350 ml (BIA, SEL) Roladka schabowa ze szpinakiem 100 g (MIĘ) Sos jasny 50 g (BIA, GLU) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Surówka francuska 120 g (JAJ)	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Sałata 10 g Szynka chłopska 60 (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 80 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 378,1 Białko ogółem [g] 143,8 Tłuszcz [g] 71 Węglowodany ogółem [g] 307,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,9 suma cukrów prostych [g] 35,8 Sól [g] 4,2 WW [Por] 30,9
	Szpital Maz. dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) Pomidor 80 g Sałata 10 g Owoc 1 szt Szynka galicyjska 60 g (MIĘ)	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) twarożek z koperkiem 30 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU) Zupa koperkowa 350 ml (BIA, SEL) Roladka schabowa ze szpinakiem 100 g (MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Dymia gotowana 120 g	Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Szynka chłopska 60 (MIĘ) Sałata 10 g Pomidor 80 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 363,3 Białko ogółem [g] 140,7 Tłuszcz [g] 70,5 Węglowodany ogółem [g] 306 Błonnik pokarmowy [g] 24,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 suma cukrów prostych [g] 32,6 Sól [g] 3,9 WW [Por] 30,8
	Szpital Maz. Wysokokaloryczna	Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Sałata 10 g Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Owoc 1 szt Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) Humus 30 g Pomidor 80 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) twarożek z koperkiem 30 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU) Surówka francuska 120 g (JAJ) Kasza jęczmienna gotowana 200 g (GLU) Roladka schabowa ze szpinakiem 120 g (MIĘ) Zupa koperkowa 350 ml (BIA, SEL)	Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Sałata 10 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Szynka chłopska 60 (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 80 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 726,7 Białko ogółem [g] 159,9 Tłuszcz [g] 73,6 Węglowodany ogółem [g] 375,6 Błonnik pokarmowy [g] 38,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,6 suma cukrów prostych [g] 38 Sól [g] 5,1 WW [Por] 37,6

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-13 do dnia 2025-04-22 MAZOWIECKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA	
2025-04-17 czwartek	Dieta Wegetariańska	Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Humus 80 g Sałata 10 g Pomidor 80 g Owoc 1 szt Herbata 400 ml	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) twarożek z koperkiem 30 g (BIA)	Zupa koperkowa 350 ml (BIA, SEL) Kotlet sojowy 100 g Sos jasny 50 g (BIA, GLU) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Kompot owocowy 300 ml Surówka francuska 120 g (JAJ)	Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Ser żółty 40 g (BIA) Sałata 10 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pasta zielonego groszku 80 g Pomidor 80 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 315,8 Białko ogółem [g] 85,9 Tłuszcz [g] 62,6 Węglowodany ogółem [g] 374,8 Błonnik pokarmowy [g] 44,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 suma cukrów prostych [g] 45,4 Sól [g] 4,1 WW [Por] 37,6	
	2025-04-18 piątek	Szpital Maz. dieta podstawowa	Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Sałata 10 g Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Owoc 1 szt Kasza jęczmienna na mleku 350 g (BIA, GLU) Ser żółty 50 (BIA) Pomidor 80 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Pasta warzywna 50 g	Kompot owocowy 300 ml Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej 120 g Zupa grochowa z ziemniakami 350 ml (SEL, ROŚ) Filet z miruny panierowany pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB)	Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) twarożek z koperkiem 90 g (BIA) sałatka warzywna z kuskusem i mozzarellą 100 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 732,2 Białko ogółem [g] 134,5 Tłuszcz [g] 67,6 Węglowodany ogółem [g] 420,9 Błonnik pokarmowy [g] 53,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2 suma cukrów prostych [g] 54,8 Sól [g] 5,8 WW [Por] 42
		Szpital Maz. dieta cukrzycowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Kasza jęczmienna na mleku 350 g (BIA, GLU) Sałata 10 g Owoc 1 szt Pomidor 80 g Ser żółty 50 (BIA)	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Pasta warzywna 50 g	Kompot owocowy 300 ml Zupa grochowa z ziemniakami 350 ml (SEL, ROŚ) Filet z miruny na parze 100 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej 120 g	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Sałata 10 g sałatka warzywna z kuskusem i mozzarellą 100 g twarożek z koperkiem 90 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 666,7 Białko ogółem [g] 139,1 Tłuszcz [g] 67,8 Węglowodany ogółem [g] 399,8 Błonnik pokarmowy [g] 55,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 suma cukrów prostych [g] 55 Sól [g] 5,4 WW [Por] 39,9
Szpital Maz. dieta łatwostrawna		Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Kasza jęczmienna na mleku 350 g (BIA, GLU) Pomidor 80 g Sałata 10 g Owoc 1 szt twaróg (ser biały) 80 g (BIA) Dżem 25 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Pasta warzywna 50 g	Kompot owocowy 300 ml Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Filet z miruny na parze 100 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku 120 g	Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Warzywa gotowane 100 g twarożek z koperkiem 90 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 456,4 Białko ogółem [g] 132,8 Tłuszcz [g] 57,8 Węglowodany ogółem [g] 372,8 Błonnik pokarmowy [g] 49,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4 suma cukrów prostych [g] 70,2 Sól [g] 4,5 WW [Por] 37,4	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-13 do dnia 2025-04-22 MAZOWIECKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-18 piątek	Szpital Maz. Wysokokaloryczna	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (BIA, GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Sałata 10 g Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Owoc 1 szt Ser żółty 50 (BIA) Pomidor 80 g Szynka drobiowa 40 g (MIĘ)	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Pasta warzywna 50 g	Kompot owocowy 300 ml Zupa grochowa z ziemniakami 350 ml (SEL, ROŚ) Filet z miruny panierowany pieczony 120 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej 120 g	Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) sałatka warzywna z kuskusem i mozzarellą 100 g Pierś wędzona z indyka 40 g twarożek z koperkiem 90 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 944,1 Białko ogółem [g] 164 Tłuszcz [g] 72,1 Węglowodany ogółem [g] 434,3 Błonnik pokarmowy [g] 54,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8 suma cukrów prostych [g] 55,2 Sól [g] 7,1 WW [Por] 43,4
	Dieta Wegetariańska	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (BIA, GLU) Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 1 szt Herbata 400 ml Pomidor 80 g Ser żółty 50 (BIA)	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Pasta warzywna 50 g	Zupa grochowa z ziemniakami 350 ml (SEL, ROŚ) Filet z miruny panierowany pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej 120 g Kompot owocowy 300 ml	Pieczywo pszenne 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) twarożek z koperkiem 90 g (BIA) sałatka warzywna z kuskusem i mozzarellą 100 g Herbata 400 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 732,2 Białko ogółem [g] 134,5 Tłuszcz [g] 67,6 Węglowodany ogółem [g] 420,9 Błonnik pokarmowy [g] 53,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2 suma cukrów prostych [g] 54,8 Sól [g] 5,8 WW [Por] 42
2025-04-19 sobota	Szpital Maz. dieta podstawowa	Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Sałata 10 g Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Owoc 1 szt Płatki owsiane na mleku 350 ml (BIA, GLU) Pomidor 80 g Szynka włoska 60 g (MIĘ)	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) pasta z jajka i awokado 50 g (JAJ)	Kompot owocowy 300 ml Surówka z marchewki z chrzanem 120 g Zupa szpinakowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Kotlet z piersi kurczaka pieczony 100 g (GLU, MIĘ)	Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) szynka wiejska 60 g (MIĘ) Papryka 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 187,6 Białko ogółem [g] 108,1 Tłuszcz [g] 63,5 Węglowodany ogółem [g] 318,9 Błonnik pokarmowy [g] 47,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1 suma cukrów prostych [g] 58,4 Sól [g] 6,8 WW [Por] 32,1
	Szpital Maz. dieta cukrzycowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Płatki owsiane na mleku 350 ml (BIA, GLU) Sałata 10 g Owoc 1 szt Szynka włoska 60 g (MIĘ) Pomidor 80 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) pasta z jajka i awokado 50 g (JAJ)	Kompot owocowy 300 ml Ziemniaki gotowane 180 g Zupa szpinakowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Kotlet z piersi kurczaka pieczony 100 g (GLU, MIĘ) Surówka z marchewki z chrzanem 120 g	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Sałata 10 g szynka wiejska 60 g (MIĘ) Papryka 80 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 082,2 Białko ogółem [g] 105 Tłuszcz [g] 63,1 Węglowodany ogółem [g] 297,2 Błonnik pokarmowy [g] 49,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9 suma cukrów prostych [g] 58,4 Sól [g] 6,4 WW [Por] 30

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-19 sobota	Szpital Maz. dieta łatwostrawna	Pieczyno pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Płatki owsiane na mleku 350 ml (BIA, GLU) Pomidor 80 g Sałata 10 g Owoc 1 szt Szynka włoska 60 g (MIĘ)	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) pasta z jajka i awokado 50 g (JAJ)	Kompot owocowy 300 ml Zupa szpinakowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Kotlet z piersi kurczaka pieczony 100 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Kalafior gotowany 120 g	Pieczyno pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) szynka wiejska 60 g (MIĘ) Sałata 10 g Pomidor 80 g Herbata 400 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 118,3 Białko ogółem [g] 115,3 Tłuszcz [g] 63,2 Węglowodany ogółem [g] 293,6 Błonnik pokarmowy [g] 46 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28 suma cukrów prostych [g] 55,1 Sól [g] 6 WW [Por] 29,5
	Szpital Maz. Wysokokaloryczna	Płatki owsiane na mleku 350 ml (BIA, GLU) Szynka włoska 60 g (MIĘ) twarożek ze szczypiorkiem 60 g (BIA) Pomidor 80 g Sałata 10 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczyno mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Herbata 400 ml Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) pasta z jajka i awokado 50 g (JAJ)	Zupa szpinakowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet z piersi kurczaka pieczony 100 g (GLU, MIĘ) Surówka z marchewki z chrzanem 120 g Kompot owocowy 300 ml	szynka wiejska 60 g (MIĘ) Papryka 80 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczyno mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Herbata 400 ml Sałata 10 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 424,8 Białko ogółem [g] 125 Tłuszcz [g] 67,5 Węglowodany ogółem [g] 354 Błonnik pokarmowy [g] 51,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 suma cukrów prostych [g] 61,9 Sól [g] 7,4 WW [Por] 35,7
	Dieta Wegetariańska	Płatki owsiane na mleku 350 ml (BIA, GLU) Pieczyno mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 1 szt Pomidor 80 g twarożek ze szczypiorkiem 90 g (BIA) Herbata 400 ml	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) pasta z jajka i awokado 50 g (JAJ)	Zupa szpinakowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Kotlet warzywny z kaszą 120 g (GLU) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchewki z chrzanem 120 g Kompot owocowy 300 ml	Pieczyno mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Papryka 80 g Sałata 10 g Herbata 400 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 301,7 Białko ogółem [g] 88,1 Tłuszcz [g] 62,5 Węglowodany ogółem [g] 374,9 Błonnik pokarmowy [g] 55,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9 suma cukrów prostych [g] 65,4 Sól [g] 5,3 WW [Por] 37,9
2025-04-20 niedziela	Szpital Maz. dieta podstawowa	Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczyno mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Owoc 1 szt Ryż na mleku 350 ml (BIA) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałata 10 g Kiełbasa Wielkanocna 60 Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL)	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) kiełbasa szynkowa 30 g (MIĘ)	Kompot owocowy 300 ml Szynka wiep. duszona 100 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g (GLU) Zurek z ziemniakami i kiełbasą 400 ml (BIA) Sos pietruszkowy 50 g (BIA) Ciasto domowe 60 (GLU)	Ćwikła 80 Herbata 400 ml Pieczyno mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałatka wiosenna z indykiem 100 g (SEL) Pasztecik świąteczny z żurawiną 80 g (MIĘ) Sałata 10 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 842,1 Białko ogółem [g] 147 Tłuszcz [g] 92,6 Węglowodany ogółem [g] 383,5 Błonnik pokarmowy [g] 59,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,1 suma cukrów prostych [g] 76,2 Sól [g] 8,3 WW [Por] 38,5

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-20 niedziela	Szpital Maz. dieta cukrzycowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Ryż na mleku 350 ml (BIA) Sałata 10 g Owoc 1 szt Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Kiełbasa Wielkanocna 60 Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL)	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) kiełbasa szynkowa 30 g (MIĘ)	Szynka wiep. duszona 100 g (GLU, MIĘ) Kompot owocowy 300 ml Żurek z ziemniakami i jajkiem 400 ml (BIA, JAJ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g (GLU) Sos pietruszkowy 50 g (BIA) Ciasto drożdżowe 60 g (GLU)	Ćwikła 80 Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Sałatka wiosenna z indykiem 100 g (SEL) Paszтет świąteczny z żurawiną 80 g (MIĘ) Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 843,1 Białko ogółem [g] 150,5 Tłuszcz [g] 98,7 Węglowodany ogółem [g] 367,3 Błonnik pokarmowy [g] 61,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,5 suma cukrów prostych [g] 77,3 Sól [g] 8,1 WW [Por] 37
	Szpital Maz. dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Ryż na mleku 350 ml (BIA) Pomidor 80 g Sałata 10 g Owoc 1 szt Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Kiełbasa Wielkanocna 60	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) kiełbasa szynkowa 30 g (MIĘ)	Kompot owocowy 300 ml Szynka wiep. duszona 100 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Barszcz biały z ziemniakami 350 g (BIA) Brokuł gotowany 120 g Sos pietruszkowy 50 g (BIA) Ciasto drożdżowe 60 g (GLU)	Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Sałatka z brokułem, pomidorem i olejem 80 g Sałata 10 g Paszтет świąteczny z żurawiną 80 g (MIĘ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 393,5 Białko ogółem [g] 126,8 Tłuszcz [g] 82,2 Węglowodany ogółem [g] 303,4 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,7 suma cukrów prostych [g] 50,6 Sól [g] 6,4 WW [Por] 30,4
	Szpital Maz. Wysokokaloryczna	Ryż na mleku 350 ml (BIA) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałata 10 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Herbata 400 ml Owoc 1 szt Kiełbasa Wielkanocna 60 g Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL)	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) kiełbasa szynkowa 30 g (MIĘ)	Żurek z ziemniakami i kiełbasą 400 ml (BIA) Szynka wiep. duszona 120 g (GLU, MIĘ) Kompot owocowy 300 ml Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g (GLU) Sos pietruszkowy 50 g (BIA) Ciasto domowe 60 (GLU)	Ćwikła 80 Sałatka wiosenna z indykiem 100 g (SEL) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Herbata 400 ml Paszтет świąteczny z żurawiną 80 g (MIĘ) Sałata 10 g Twarożek 90 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 129,8 Białko ogółem [g] 171,3 Tłuszcz [g] 98,3 Węglowodany ogółem [g] 419,1 Błonnik pokarmowy [g] 62,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44 suma cukrów prostych [g] 79,7 Sól [g] 8,9 WW [Por] 42,1
	Dieta Wegetariańska	Ryż na mleku 350 ml (BIA) Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałata 10 g Owoc 1 szt Herbata 400 ml Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL)	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Pasta z soczewicy 50 g	Żurek z ziemniakami i jajkiem 400 ml (BIA, JAJ) Kotlet jajeczny 100 g (GLU, JAJ) Surówka z kapusty pekińskiej 120 g (GLU) Kompot owocowy 300 ml Sos pietruszkowy 50 g (BIA) Ziemniaki gotowane 180 g Ciasto domowe 60 (GLU)	Ćwikła 80 Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałatka wiosenna z indykiem 100 g (SEL) Sałata 10 g Twarożek 90 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 842,1 Białko ogółem [g] 130,6 Tłuszcz [g] 89,4 Węglowodany ogółem [g] 408,4 Błonnik pokarmowy [g] 64,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,4 suma cukrów prostych [g] 77,8 Sól [g] 6,8 WW [Por] 41,2

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-21 poniedziałek	Szpital Maz. dieta podstawowa	Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Owoc 1 szt Kasza kukurydziana na mleku 350 g (BIA) Sałata 10 g Ogórki kiszane 80 g Szynka staropolska 60 g (MIĘ)	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Szynka włoska 40 g (MIĘ)	Kompot owocowy 300 ml Ziemniaki gotowane 180 g Rosół z makaronem 400 ml (SEL) Surówka z pora, marchewki i jabłka 120 g Kotlet mielony pieczony 100 g (GLU, MIĘ)	Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) kielbasa szynkowa 50 g (MIĘ) Pasta zbrokuła i cukinii 70 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 304,7 Białko ogółem [g] 133,7 Tłuszcz [g] 76,7 Węglowodany ogółem [g] 282,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,6 suma cukrów prostych [g] 34,8 Sól [g] 6,2 WW [Por] 28,5
	Szpital Maz. dieta cukrzycowa	Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Sałata 10 g Owoc 1 szt Ogórki kiszane 80 g Kasza kukurydziana na mleku 350 g (BIA) Szynka staropolska 60 g (MIĘ)	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Szynka włoska 40 g (MIĘ)	Kompot owocowy 300 ml Rosół z makaronem razowym 400 (SEL) Kotlet mielony pieczony 100 g (GLU, MIĘ) Surówka z pora, marchewki i jabłka 120 g Ziemniaki gotowane 180 g	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml kielbasa szynkowa 50 g (MIĘ) Pasta zbrokuła i cukinii 70 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 299,2 Białko ogółem [g] 141,5 Tłuszcz [g] 83,1 Węglowodany ogółem [g] 259,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,5 suma cukrów prostych [g] 34 Sól [g] 5,9 WW [Por] 26
	Szpital Maz. dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pomidor 80 g Sałata 10 g Owoc 1 szt Kasza kukurydziana na mleku 350 g (BIA) Szynka staropolska 60 g (MIĘ)	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Szynka włoska 40 g (MIĘ)	Kompot owocowy 300 ml Rosół z makaronem 400 ml (SEL) Kotlet mielony pieczony 100 g (GLU, MIĘ) Buraczki 120 g (GLU) Ziemniaki gotowane 180 g	Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pomidor 80 g kielbasa szynkowa 50 g (MIĘ) Pasta zbrokuła i cukinii 70 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 289,3 Białko ogółem [g] 134,6 Tłuszcz [g] 76,3 Węglowodany ogółem [g] 278,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1 suma cukrów prostych [g] 48,4 Sól [g] 5,9 WW [Por] 28
	Szpital Maz. Wysokokaloryczna	Szynka staropolska 60 g (MIĘ) Sałata 10 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Herbata 400 ml Owoc 1 szt Kasza kukurydziana na mleku 350 g (BIA) Szynka w siatce 20 g (MIĘ) Ogórki kiszane 80 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Szynka włoska 40 g (MIĘ)	Kompot owocowy 300 ml Rosół z makaronem 400 ml (SEL) Surówka z pora, marchewki i jabłka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet mielony pieczony 120 g (GLU, MIĘ)	Ser żółty 30 (BIA) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Herbata 400 ml kielbasa szynkowa 50 g (MIĘ) Pasta zbrokuła i cukinii 100 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 593,1 Białko ogółem [g] 152,5 Tłuszcz [g] 85,7 Węglowodany ogółem [g] 317,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,1 suma cukrów prostych [g] 36,3 Sól [g] 7,4 WW [Por] 31,8

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA	
2025-04-21	poniedziałek	Dieta Wegetariańska	Kasza kukurydziana na mleku 350 g (BIA) Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pasta z zielonego groszku 100 g Sałata 10 g Ogórki kiszane 80 g Owoc 1 szt Herbata 400 ml	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) pasta z jajka z natką pietruszki 50 g (BIA, JA J, GOR)	Rosół z makaronem 400 ml (SEL) Kotlet jarski z kuskusem 100 g (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z pora, marchewki i jabłka 120 g Kompot owocowy 300 ml	Ser żółty 50 (BIA) Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pasta z brokuła i cukinii 100 g Sałata 10 g Herbata 400 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 445,9 Białko ogółem [g] 93,7 Tłuszcz [g] 71,4 Węglowodany ogółem [g] 381,3 Błonnik pokarmowy [g] 51,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2 suma cukrów prostych [g] 52,9 Sól [g] 6,7 WW [Por] 38,4
2025-04-22	wtorek	Szpital Maz. dieta podstawowa	płatki ryżowe na mleku 350 ml (BIA) Szynka firmowa 50 g (MIĘ) Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g sałatka zburaka i fety 80 g (BIA) Herbata 400 ml Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Jajko gotowane 1 szt (JA J)	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 350 ml (BIA, SEL) Gulasz warzywny z cukinią, pomidora mi i ciecierzą 180 g (GLU) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Surówka z selera, marchwii i jabłka 120 g (GLU, SEL) Kompot owocowy 300 ml	Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 90 g (BIA, R YB) Ogórki kiszane 80 g Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 300 ml Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 519,6 Białko ogółem [g] 99,7 Tłuszcz [g] 76,6 Węglowodany ogółem [g] 380,3 Błonnik pokarmowy [g] 50,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5 suma cukrów prostych [g] 61,8 Sól [g] 7,1 WW [Por] 38,3
		Szpital Maz. dieta cukrzycowa	płatki ryżowe na mleku 350 ml (BIA) Szynka firmowa 50 g (MIĘ) Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g sałatka zburaka i fety 80 g (BIA) Herbata 400 ml Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Jajko gotowane 1 szt (JA J)	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 350 ml (BIA, SEL) Gulasz warzywny z cukinią, pomidora mi i ciecierzą 180 g (GLU) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Kompot owocowy 300 ml Surówka z selera, marchwii i jabłka 120 g (GLU, SEL)	Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 90 g (BIA, R YB) Ogórki kiszane 80 g Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 300 ml Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 422 Białko ogółem [g] 96,6 Tłuszcz [g] 76,6 Węglowodany ogółem [g] 362,3 Błonnik pokarmowy [g] 56,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3 suma cukrów prostych [g] 62,4 Sól [g] 6,9 WW [Por] 36,3
		Szpital Maz. dieta łatwostrawna	płatki ryżowe na mleku 350 ml (BIA) Szynka firmowa 50 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Pomidor 80 g Herbata 400 ml Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Jajko gotowane 1 szt (JA J)	Zupa ziemniaczana 350 g (BIA, SEL) Gulasz warzywny z cukinią, pomidora mi i ciecierzą 180 g (GLU) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Brokuł gotowany na parze z oliwą 120 g Kompot owocowy 300 ml	Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 90 g (BIA, R YB) Pomidor 80 g Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 300 ml Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 484 Białko ogółem [g] 113,4 Tłuszcz [g] 75,2 Węglowodany ogółem [g] 358,5 Błonnik pokarmowy [g] 44,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 suma cukrów prostych [g] 54,8 Sól [g] 5,2 WW [Por] 35,8

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-22 wtorek	Szpital Maz. Wysokokaloryczna	plátky ryżowe na mleku 350 ml (BIA) Szynka firmowa 50 g (MIĘ) Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g sałatka zburaka i fety 80 g (BIA) Herbata 400 ml Ser biały 40 g (BIA) Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400 ml (BIA, SEL) Gulasz warzywny z cukinią, pomidora mi i ciecierzycą 200 g (GLU) Kasza jęczmienna gotowana 200 g (GLU) Surówka z selera, marchwii i jabłka 120 g (GLU, SEL) Kompot owocowy 300 ml	Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 90 g (BIA, R YB) Ogórki kiszane 80 g Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 300 ml Szynka galicyjska 50 g (MIĘ) Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 913,8 Białko ogółem [g] 137,3 Tłuszcz [g] 85,8 Węglowodany ogółem [g] 423,2 Błonnik pokarmowy [g] 55,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,4 suma cukrów prostych [g] 66 Sól [g] 7,8 WW [Por] 42,5
	Dieta Wegetariańska	plátky ryżowe na mleku 350 ml (BIA) Ser biały 40 g (BIA) Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g sałatka zburaka i fety 80 g (BIA) Herbata 400 ml Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 350 ml (BIA, SEL) Gulasz warzywny z cukinią, pomidora mi i ciecierzycą 180 g (GLU) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Surówka z selera, marchwii i jabłka 120 g (GLU, SEL) Kompot owocowy 300 ml	Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 90 g (BIA, R YB) Ogórki kiszane 80 g Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 300 ml Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 508,4 Białko ogółem [g] 96,5 Tłuszcz [g] 76,1 Węglowodany ogółem [g] 381,8 Błonnik pokarmowy [g] 50,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6 suma cukrów prostych [g] 63,1 Sól [g] 7,1 WW [Por] 38,4