

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-13 do dnia 2025-05-22 MAZOWIECKI SZPITAL

				Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-05-13 wtorek	Szpital Maz. dieta podstawowa			Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) 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) Szynka wójta 30 g (MIĘ)	Zupa krem z dyni 350 ml (BIA, SEL) Sos jogurtowy 50 g (BIA) Naleśniki zserem 250 g (BIA, GLU, JA J) Jabłka prażone 100 g Kompot owocowy 300 ml	Pasta z wędzonką z twarogiem 90 g (BIA, MIĘ) Ogórki kiszzone 80 g Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 300 ml Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 555,3 Białko ogółem [g] 122,5 Tłuszcz [g] 76,4 Węglowodany ogółem [g] 360,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,8 suma cukrów prostych [g] 64,5 Sól [g] 8,9 WW [Por] 36,5
	Szpital Maz. dieta cukrzycowa			Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) 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) Szynka wójta 30 g (MIĘ)	Zupa krem z dyni 350 ml (BIA, SEL) Sos jogurtowy 50 g (BIA) Naleśniki zserem 250 g (BIA, GLU, JA J) Kompot owocowy 300 ml Jabłko 1 szt	Pasta z wędzonką z twarogiem 90 g (BIA, MIĘ) Ogórki kiszzone 80 g Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 300 ml Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 502,7 Białko ogółem [g] 119,7 Tłuszcz [g] 76,5 Węglowodany ogółem [g] 353,4 Błonnik pokarmowy [g] 41,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,8 suma cukrów prostych [g] 73,8 Sól [g] 8,7 WW [Por] 35,6
	Szpital Maz. dieta łatwostrawna			Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) 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) Szynka wójta 30 g (MIĘ)	Zupa krem z dyni 350 ml (BIA, SEL) Sos jogurtowy 50 g (BIA) Naleśniki zserem 250 g (BIA, GLU, JA J) Jabłka prażone 100 g Kompot owocowy 300 ml	Pasta z wędzonką z twarogiem 90 g (BIA, MIĘ) Pomidor 80 g Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 300 ml Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 386,9 Białko ogółem [g] 116,2 Tłuszcz [g] 68,2 Węglowodany ogółem [g] 343,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4 suma cukrów prostych [g] 69,3 Sól [g] 7,4 WW [Por] 34,7
	Szpital Maz. Wysokokaloryczna			Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) 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) Szynka wójta 30 g (MIĘ)	Zupa krem z dyni 350 ml (BIA, SEL) Sos jogurtowy 50 g (BIA) Naleśniki zserem 350 g (BIA, GLU, JA J) Jabłka prażone 100 g Kompot owocowy 300 ml	Pasta z wędzonką z twarogiem 90 g (BIA, MIĘ) Ogórki kiszzone 80 g Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 300 ml Szynka galicyjska 30 g (MIĘ) Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 969,4 Białko ogółem [g] 158,8 Tłuszcz [g] 87,8 Węglowodany ogółem [g] 401,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,5 suma cukrów prostych [g] 68,8 Sól [g] 9,7 WW [Por] 40,6

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-13 do dnia 2025-05-22 MAZOWIECKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-05-13 wtorek	Dieta Wegetariańska		Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) Ser biały 90 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 krem z dyni 350 ml (BIA, SEL) Sos jogurtowy 50 g (BIA) Naleśniki z serem 250 g (BIA, GLU, JAJ) Jabłka prażone 100 g Kompot owocowy 300 ml	Pasta z twarogiem i koperkiem 90 g (BIA) Ogórki kiszone 80 g Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 300 ml Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 662,7 Białko ogółem [g] 127,8 Tłuszcz [g] 84,9 Węglowodany ogółem [g] 363 Błonnik pokarmowy [g] 34,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,4 suma cukrów prostych [g] 65,2 Sól [g] 6,1 WW [Por] 36,7
		Szpital Maz. dieta podstawowa	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (BIA, GLU) kiełbasa biała gotowana 100 g Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Mix sałat 10 g Ogórek świeży 40 g Herbata 400 ml ketchup 20 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Polędwica sopocka 30 g (MIĘ)	Żurek z ziemniakami i jajkiem 350 ml (BIA, JAJ) Kompot owocowy 300 ml Kotlet schabowy 100 g (GLU, JAJ, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Mizeria z jogurtem 120 g (BIA)	Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL) Sałata 10 g Herbata 400 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 868,8 Białko ogółem [g] 139,9 Tłuszcz [g] 96,7 Węglowodany ogółem [g] 376 Błonnik pokarmowy [g] 41,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,6 suma cukrów prostych [g] 56 Sól [g] 7,3 WW [Por] 37,9
		Szpital Maz. dieta cukrzycowa	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (BIA, GLU) kiełbasa biała gotowana 100 g Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Mix sałat 10 g Ogórek świeży 40 g Herbata 400 ml ketchup 20 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Polędwica sopocka 30 g (MIĘ)	Żurek z ziemniakami i jajkiem 350 ml (BIA, JAJ) Kompot owocowy 300 ml Bitka schabowa 100 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Mizeria z jogurtem 120 g (BIA) Sos pieczeniowy 50 g	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL) Sałata 10 g Herbata 400 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 701,2 Białko ogółem [g] 128 Tłuszcz [g] 89,4 Węglowodany ogółem [g] 365,1 Błonnik pokarmowy [g] 46,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8 suma cukrów prostych [g] 56,6 Sól [g] 6,6 WW [Por] 36,6
		Szpital Maz. dieta łatwostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (BIA, GLU) kiełbasa biała gotowana 100 g Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Mix sałat 10 g Pomidor 80 g Herbata 400 ml ketchup 20 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Polędwica sopocka 30 g (MIĘ)	Kasza manna na wywarze warzywnym 350 ml (GLU, SEL) Kompot owocowy 300 ml Bitka schabowa 100 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraki 120 g (GLU) Sos pieczeniowy 50 g	Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Kiełbasa kanapkowa 50 g Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL) Sałata 10 g Herbata 400 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 568,1 Białko ogółem [g] 113,9 Tłuszcz [g] 76,2 Węglowodany ogółem [g] 376,4 Błonnik pokarmowy [g] 40,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 suma cukrów prostych [g] 59,7 Sól [g] 6,6 WW [Por] 37,8

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-13 do dnia 2025-05-22 MAZOWIECKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-05-14 środa	Szpital Maz. Wysokokaloryczna		Kasza jęczmienna na mleku 350 g (BIA, GLU) kielbasa biała gotowana 100 g Wędzonka krotoszyńska 30 g (MIĘ) Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Mix sałat 10 g Ogórek świeży 40 g Herbata 400 ml ketchup 20 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Polędwica sopocka 30 g (MIĘ)	Żurek z ziemniakami i jajkiem 350 ml (BIA, JAJ) Kompot owocowy 300 ml Kotlet schabowy 120 g (GLU, JAJ, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Mizeria z jogurtem 120 g (BIA)	Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Jajko gotowane 2 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL) Kiełbasa kanapkowa 50 g Sałata 10 g Herbata 400 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 342 Białko ogółem [g] 181,6 Tłuszcz [g] 118,4 Węglowodany ogółem [g] 404,9 Błonnik pokarmowy [g] 43,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,2 suma cukrów prostych [g] 56,6 Sól [g] 9,3 WW [Por] 40,9
	Dieta Wegetariańska		Kasza jęczmienna na mleku 350 g (BIA, GLU) twaróg (ser biały) 60 g (BIA) Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Mix sałat 10 g Ogórek świeży 40 g Herbata 400 ml Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Ser żółty 30 g (BIA)	Żurek z ziemniakami i jajkiem 350 ml (BIA, JAJ) Kompot owocowy 300 ml Kotlet sojowy 100 g Ziemniaki gotowane 180 g Mizeria z jogurtem 120 g (BIA)	Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL) Sałata 10 g Herbata 400 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 452,7 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 74,1 Węglowodany ogółem [g] 366,3 Błonnik pokarmowy [g] 40,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 suma cukrów prostych [g] 56 Sól [g] 5,3 WW [Por] 36,8
2025-05-15 czwartek	Szpital Maz. dieta podstawowa		masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Zacierki na mleku 350 g (BIA) Szynka w siatce 50 g (MIĘ) Pomidor 80 g Sałata 10 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Kiełbasa kanapkowa 30 g	Kompot owocowy 300 ml Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml (BIA, SEL) Fasolka po brebrńsku 250 g Kajzerka 1 szt (GLU) Jabłko 1 szt	Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Szynka galicyjska 50 g (MIĘ) Ogórek świeży 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 699,5 Białko ogółem [g] 128,6 Tłuszcz [g] 71,6 Węglowodany ogółem [g] 408,1 Błonnik pokarmowy [g] 46,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 suma cukrów prostych [g] 70,4 Sól [g] 8,2 WW [Por] 40,9
	Szpital Maz. dieta cukrzycowa		Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Zacierki na mleku 350 g (BIA) Szynka w siatce 50 g (MIĘ) Pomidor 80 g Sałata 10 g Owoc 1 szt	Kiełbasa kanapkowa 30 g Masło śmietankowe 5 g (BIA) Kajzerka 1 szt (GLU)	Kompot owocowy 300 ml Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml (BIA, SEL) Ryż brązowy 180 g Surówka colesław 120 g (JAJ) Gulasz wieprzowy 160 g (GLU, MIĘ)	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Szynka galicyjska 50 g (MIĘ) Ogórek świeży 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 441,8 Białko ogółem [g] 132,7 Tłuszcz [g] 75,6 Węglowodany ogółem [g] 328,6 Błonnik pokarmowy [g] 44,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,4 suma cukrów prostych [g] 58,2 Sól [g] 6,9 WW [Por] 32,9

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-13 do dnia 2025-05-22 MAZOWIECKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-05-15 czwartek	Szpital Maz. dieta łatwostrawna	Pieczyno pszenne 120 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Zacierki na mleku 350 g (BIA) Szynka w siatce 50 g (MIE) Pomidor bs 80 g Sałata 10 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Kiełbasa kanapkowa 30 g	Kompot owocowy 300 ml Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml (BIA, SEL) Gulasz wieprzowy 160 g (GLU, MIE) Marchewka gotowana 120 g (BIA, GLU) Ryż gotowany 180 g	Pieczyno pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Szynka galicyjska 50 g (MIE) Pomidor bs 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 502,8 Białko ogółem [g] 131,6 Tłuszcz [g] 78,7 Węglowodany ogółem [g] 332 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38 suma cukrów prostych [g] 50,4 Sól [g] 6,5 WW [Por] 33,5
	Szpital Maz. Wysokokaloryczna	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczyno mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Zacierki na mleku 350 g (BIA) Szynka w siatce 50 g (MIE) Pomidor 80 g Ser żółty 40 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Kiełbasa kanapkowa 30 g	Kompot owocowy 300 ml Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml (BIA, SEL) Fasolka po breńsku 300 g Kajzerka 1 szt (GLU) Jabłko 1 szt	Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczyno mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Ser biały 30 g (BIA) Szynka galicyjska 50 g (MIE) Ogórek świeży 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 001,3 Białko ogółem [g] 147,6 Tłuszcz [g] 81,1 Węglowodany ogółem [g] 445,1 Błonnik pokarmowy [g] 51,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2 suma cukrów prostych [g] 72,4 Sól [g] 8,9 WW [Por] 44,7
	Dieta Wegetariańska	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczyno mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Zacierki na mleku 350 g (BIA) Ser żółty 40 g (BIA) Pomidor 80 g Sałata 10 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)	Kompot owocowy 300 ml Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml (BIA, SEL) Kotlet jajeczny 100 g (GLU, JAJ) Ryż gotowany 180 g Surówka colesław 120 g (JAJ)	Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczyno mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Ser biały 90 g (BIA) Ogórek świeży 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 700 Białko ogółem [g] 119,5 Tłuszcz [g] 83,7 Węglowodany ogółem [g] 386,8 Błonnik pokarmowy [g] 39,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35 suma cukrów prostych [g] 58,9 Sól [g] 5,8 WW [Por] 38,9
2025-05-16 piątek	Szpital Maz. dieta podstawowa	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczyno mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) twaróg (ser biały) 90 g (BIA) Ogórek świeży 80 g Sałata 10 g Dżem 25 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Serek topiony 30 g (BIA) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa kalafiorowa z ryżem 400 ml (BIA, SEL) Filet z miruny panierowany pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 180 g surówka wielowarzywna z ogórkiem i koperkiem 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczyno mieszane 120 g (GLU, ŻYT) pasta z tuńczyka, jajka i natki 100 g (JAJ, RYB) Papryka 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 653,5 Białko ogółem [g] 131,1 Tłuszcz [g] 69,1 Węglowodany ogółem [g] 395,5 Błonnik pokarmowy [g] 42,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 suma cukrów prostych [g] 64,8 Sól [g] 5,6 WW [Por] 39,5

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-05-16 piątek	Szpital Maz. dieta cukrzycowa	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) twaróg (ser biały) 90 g (BIA) Ogórek świeży 80 g Sałata 10 g Jabłko 1 szt Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Serek topiony 30 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa kalafiorowa z ryżem 400 ml (BIA, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g surówka wielowarzywna z ogórkiem i koperkiem 120 g Filet z miruny na parze 100 g (RYB)	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml pasta z tuńczyka, jajka i natki 100 g (JAJ, R YB) Papryka 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 635 Białko ogółem [g] 136,3 Tłuszcz [g] 70,3 Węglowodany ogółem [g] 387,7 Błonnik pokarmowy [g] 52,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 suma cukrów prostych [g] 81,7 Sól [g] 5,5 WW [Por] 38,7
	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) twaróg (ser biały) 90 g (BIA) Pomidor bs 80 g Sałata 10 g Dżem 25 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Serek naturalny 30 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa kalafiorowa z ryżem 400 ml (BIA, SEL) Filet z miruny na parze 100 g (RYB) Warzywa po grecku 120 g Ziemniaki gotowane 180 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml pasta z tuńczyka, jajka i natki 100 g (JAJ, R YB) Pomidor bs 80 g Sałata 10 g Pieczywo pszenne 120 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 428,8 Białko ogółem [g] 132,8 Tłuszcz [g] 62,6 Węglowodany ogółem [g] 346,7 Błonnik pokarmowy [g] 32 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 suma cukrów prostych [g] 51,4 Sól [g] 4,9 WW [Por] 34,7
	Szpital Maz. Wysokokaloryczna	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) twaróg (ser biały) 90 g (BIA) Ogórek świeży 80 g Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałata 10 g Dżem 25 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Serek topiony 30 g (BIA) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa kalafiorowa z ryżem 400 ml (BIA, SEL) Filet z miruny panierowany pieczony 120 g (GLU, JAJ, R YB) Ziemniaki gotowane 200 g surówka wielowarzywna z ogórkiem i koperkiem 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) pasta z tuńczyka, jajka i natki 100 g (JAJ, R YB) Papryka 80 g Sałata 10 g Serek topiony 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 046,7 Białko ogółem [g] 158,1 Tłuszcz [g] 86,3 Węglowodany ogółem [g] 428,2 Błonnik pokarmowy [g] 44,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1 suma cukrów prostych [g] 65,6 Sól [g] 6,5 WW [Por] 42,8
	Dieta Vegetariańska	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) twaróg (ser biały) 90 g (BIA) Ogórek świeży 80 g Sałata 10 g Dżem 25 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Serek topiony 30 g (BIA) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa kalafiorowa z ryżem 400 ml (BIA, SEL) Filet z miruny panierowany pieczony 100 g (GLU, JAJ, R YB) Ziemniaki gotowane 180 g surówka wielowarzywna z ogórkiem i koperkiem 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) pasta z tuńczyka, jajka i natki 100 g (JAJ, R YB) Papryka 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 653,5 Białko ogółem [g] 131,1 Tłuszcz [g] 69,1 Węglowodany ogółem [g] 395,5 Błonnik pokarmowy [g] 42,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 suma cukrów prostych [g] 64,8 Sól [g] 5,6 WW [Por] 39,5

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-13 do dnia 2025-05-22 MAZOWIECKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-05-17 sobota	Szpital Maz. dieta podstawowa		masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Ogórek świeży 80 g Płatki owsiane na mleku 350 ml (BIA, GLU) wędlina kaliska 50 g (BIA, GLU, JAJ, MIĘ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, ZIA) Rukola 10 g Owoc 1 szt	Masło śmietankowe 5 g (BIA) Szynkowa 30 g (MIĘ) Kajzerka 1 szt (GLU)	Kompot owocowy 300 ml Zupa pomidorowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Makaron gotowany 170 g Potrawka warzywna z tofu 180 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Ser żółty 50 g (BIA) Pomidor 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 943,8 Białko ogółem [g] 83,3 Tłuszcz [g] 59,9 Węglowodany ogółem [g] 321,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9 suma cukrów prostych [g] 43 Sól [g] 6,8 WW [Por] 32,2
	Szpital Maz. dieta cukrzycowa		masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Ogórek świeży 80 g Płatki owsiane na mleku 350 ml (BIA, GLU) wędlina kaliska 50 g (BIA, GLU, JAJ, MIĘ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, ZIA) Rukola 10 g Owoc 1 szt	Masło śmietankowe 5 g (BIA) Szynkowa 30 g (MIĘ) Kajzerka 1 szt (GLU)	Kompot owocowy 300 ml Zupa pomidorowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Makaron gotowany 170 g Potrawka warzywna z tofu 180 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Ser żółty 50 g (BIA) Pomidor 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 846,2 Białko ogółem [g] 80,2 Tłuszcz [g] 59,8 Węglowodany ogółem [g] 303,7 Błonnik pokarmowy [g] 39,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9 suma cukrów prostych [g] 43,6 Sól [g] 6,6 WW [Por] 30,3
	Szpital Maz. dieta łatwostrawna		Pieczywo pszenne 120 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pomidor bs 80 g Płatki owsiane na mleku 350 ml (BIA, GLU) wędlina kaliska 50 g (BIA, GLU, JAJ, MIĘ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, ZIA) Rukola 10 g Owoc 1 szt	Masło śmietankowe 5 g (BIA) Szynkowa 30 g (MIĘ) Kajzerka 1 szt (GLU)	Kompot owocowy 300 ml Zupa pomidorowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Makaron gotowany 170 g Potrawka warzywna z tofu 180 g Buraczki 120 g (GLU)	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 120 g (GLU) kielbasa krakowska 50 g (MIĘ) Pomidor bs 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 777,9 Białko ogółem [g] 79,4 Tłuszcz [g] 55,9 Węglowodany ogółem [g] 286,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 suma cukrów prostych [g] 39,4 Sól [g] 6,2 WW [Por] 28,9

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-13 do dnia 2025-05-22 MAZOWIECKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-05-17 sobota	Szpital Maz. Wysokokaloryczna		masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Ogórek świeży 80 g Płatki owsiane na mleku 350 ml (BIA, GLU) twarożek z rzodkiewką 50 g (BIA) Rukola 10 g wędlina kaliska 50 g (BIA, GLU, JAJ, MIE, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, ZIA) Dżem 25 g Owoc 1 szt	Masło śmietankowe 5 g (BIA) Szynkowa 30 g (MIE) Kajzerka 1 szt (GLU)	Kompot owocowy 300 ml Zupa pomidorowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Makaron gotowany 180 g Potrawka warzywna z tofu 180 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Ser żółty 30 g (BIA) Pomidor 80 g Sałata 10 g kiełbasa krakowska 60 g (MIE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 265,8 Białko ogółem [g] 103,9 Tłuszcz [g] 65,4 Węglowodany ogółem [g] 372,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2 suma cukrów prostych [g] 52,1 Sól [g] 7,4 WW [Por] 37,3
	Dieta Vegetariańska		masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Ogórek świeży 80 g Płatki owsiane na mleku 350 ml (BIA, GLU) twarożek z rzodkiewką 90 g (BIA) Rukola 10 g Dżem 25 g Owoc 1 szt	Masło śmietankowe 5 g (BIA) Pasta z zielonego groszku 50 g Kajzerka 1 szt (GLU)	Kompot owocowy 300 ml Zupa pomidorowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Makaron gotowany 170 g Potrawka warzywna z tofu 180 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Ser żółty 50 g (BIA) Pomidor 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 020,3 Białko ogółem [g] 80,4 Tłuszcz [g] 57,1 Węglowodany ogółem [g] 351,4 Błonnik pokarmowy [g] 37,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 suma cukrów prostych [g] 54,3 Sól [g] 4,2 WW [Por] 35,2
2025-05-18 niedziela	Szpital Maz. dieta podstawowa		masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (BIA, GLU) Wędzonka krotoszyńska 50 g (MIE) Ogórki kiszone 80 g Sałata 10 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Schab pieczony 30 g (MIE) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Barszczukraiński z fasolką szparagową 400 ml (BIA, SEL) Kasza gryczana gotowana 180 g Schab pieczony 100 g (MIE) Surówka z selera i jabłka 120 g (SEL) Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Szynka drobiowa 50 g (MIE) Ogórki kiszone 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 391,5 Białko ogółem [g] 132,7 Tłuszcz [g] 61,9 Węglowodany ogółem [g] 347,7 Błonnik pokarmowy [g] 44,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 suma cukrów prostych [g] 50,2 Sól [g] 6,5 WW [Por] 34,9
	Szpital Maz. dieta cukrzycowa		Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (BIA, GLU) Wędzonka krotoszyńska 50 g (MIE) Ogórki kiszone 80 g Sałata 10 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Schab pieczony 30 g (MIE) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Barszczukraiński z fasolką szparagową 400 ml (BIA, SEL) Kasza gryczana gotowana 180 g Schab pieczony 100 g (MIE) Surówka z selera i jabłka 120 g (SEL) Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Szynka drobiowa 50 g (MIE) Ogórki kiszone 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 293,9 Białko ogółem [g] 129,5 Tłuszcz [g] 61,8 Węglowodany ogółem [g] 329,7 Błonnik pokarmowy [g] 50,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,6 suma cukrów prostych [g] 50,8 Sól [g] 6,3 WW [Por] 33,1

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-13 do dnia 2025-05-22 MAZOWIECKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-05-18 niedziela	Szpital Maz. dieta łatwostrawna	Pieczyno pszenne 120 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (BIA, GLU) Wędzonka krotoszyńska 50 g (MIĘ) Pomidor bs 80 g Sałata 10 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Schab pieczony 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Barszczukraiński z fasolką szparagową 400 ml (BIA, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Schab pieczony 100 g (MIĘ) Marchewka gotowana 120 g (BIA, GLU) Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Pieczyno pszenne 120 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Szynka drobiowa 50 g (MIĘ) Pomidor bs 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 315,8 Białko ogółem [g] 126,3 Tłuszcz [g] 64,6 Węglowodany ogółem [g] 327,5 Błonnik pokarmowy [g] 40,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3 suma cukrów prostych [g] 46,3 Sól [g] 5,9 WW [Por] 33
	Szpital Maz. Wysokokaloryczna	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczyno mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (BIA, GLU) Wędzonka krotoszyńska 50 g (MIĘ) Ogórki kiszzone 80 g Sałata 10 g Pasta z twarogu i szynki 50 g (BIA, MIĘ) Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Schab pieczony 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Barszczukraiński z fasolką szparagową 400 ml (BIA, SEL) Kasza gryczana gotowana 200 g Schab pieczony 120 g (MIĘ) Surówka z selera i jabłka 120 g (SEL) Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczyno mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Szynka drobiowa 50 g (MIĘ) Ogórki kiszzone 80 g Sałata 10 g Pasta z ciecierzycy 50 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 717,4 Białko ogółem [g] 155,9 Tłuszcz [g] 67,4 Węglowodany ogółem [g] 396 Błonnik pokarmowy [g] 51,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 suma cukrów prostych [g] 53,3 Sól [g] 7,1 WW [Por] 39,8
	Dieta Wegetariańska	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczyno mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (BIA, GLU) pasta twarogowa z czubrycą 90 g (BIA) Ogórki kiszzone 80 g Sałata 10 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Barszczukraiński z fasolką szparagową 400 ml (BIA, SEL) Kasza gryczana gotowana 180 g Kotlet jajeczny 100 g (GLU, JAJ) Surówka z selera i jabłka 120 g (SEL) Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczyno mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Pasta z ciecierzycy 90 g Ogórki kiszzone 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 663,4 Białko ogółem [g] 114,6 Tłuszcz [g] 76,2 Węglowodany ogółem [g] 404,1 Błonnik pokarmowy [g] 54,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,4 suma cukrów prostych [g] 55,3 Sól [g] 6,2 WW [Por] 40,8
	Szpital Maz. dieta podstawowa	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczyno mieszane 120 g (GLU, ŻYT) płatki ryżowe na mleku 350 ml (BIA) Szynka staropolska 50 g (MIĘ) Pomidor 80 g Sałata 10 g Owoc 1 szt	Pasta z fasoli 30 g Masło śmietankowe 5 g (BIA) Kajzerka 1 szt (GLU)	Kompot owocowy 300 ml Zupa kapuśniak z ziemniakami 350 ml (SEL) Gulasz drobiowy 110 g (MIĘ) Ryż gotowany 180 g Surówka z marchewki z jabłkiem 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczyno mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Sałata 10 g Papryka 80 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 482,5 Białko ogółem [g] 109,7 Tłuszcz [g] 59,9 Węglowodany ogółem [g] 400,7 Błonnik pokarmowy [g] 52 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1 suma cukrów prostych [g] 72,8 Sól [g] 6,8 WW [Por] 40,3

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-05-19 poniedziałek	Szpital Maz. dieta cukrzycowa	Pieczycwo razowe 120 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml płatki ryżowe na mleku 350 ml (BIA) Szynka staropolska 50 g (MIE) Pomidor 80 g Sałata 10 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Pasta z fasoli 30 g Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa kapuśniak z ziemniakami 350 ml (SEL) Ryż brązowy 180 g Surówka z marchewki z jabłkiem 120 g Gulasz drobiowy 110 g (MIE)	Pieczycwo razowe 120 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Sałata 10 g Papryka 80 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 289 Białko ogółem [g] 104,8 Tłuszcz [g] 59,7 Węglowodany ogółem [g] 360,6 Błonnik pokarmowy [g] 57,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9 suma cukrów prostych [g] 73,4 Sól [g] 6,7 WW [Por] 36,2
	Szpital Maz. dieta łatwostrawna	Pieczycwo pszenne 120 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml płatki ryżowe na mleku 350 ml (BIA) Szynka staropolska 50 g (MIE) Pomidor bs 80 g Sałata 10 g Owoc 1 szt	Pasta z marchewki 30 g Masło śmietankowe 5 g (BIA) Kajzerka 1 szt (GLU)	Kompot owocowy 300 ml Zupa z cukinii z zacierką 400 ml (BIA, SEL) Gulasz drobiowy 110 g (MIE) Ryż gotowany 180 g Marchewka gotowana 120 g (BIA, GLU)	Pieczycwo pszenne 120 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Sałata 10 g Pomidor bs 80 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 321,2 Białko ogółem [g] 111,3 Tłuszcz [g] 68,4 Węglowodany ogółem [g] 335 Błonnik pokarmowy [g] 41,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 suma cukrów prostych [g] 64,1 Sól [g] 5,3 WW [Por] 34
	Szpital Maz. Wysokokaloryczna	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczycwo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) płatki ryżowe na mleku 350 ml (BIA) Szynka staropolska 50 g (MIE) Pomidor 80 g Sałata 10 g Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Owoc 1 szt	Pasta z fasoli 30 g Masło śmietankowe 5 g (BIA) Kajzerka 1 szt (GLU)	Kompot owocowy 300 ml Zupa kapuśniak z ziemniakami 350 ml (SEL) Gulasz drobiowy 130 g (MIE) Ryż gotowany 200 g Surówka z marchewki z jabłkiem 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczycwo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Szynka rzeż 30 g (MIE) Sałata 10 g Papryka 80 g twarożek z natką pietruszki 90 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 940,6 Białko ogółem [g] 150 Tłuszcz [g] 75,4 Węglowodany ogółem [g] 441,8 Błonnik pokarmowy [g] 56,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 suma cukrów prostych [g] 77,8 Sól [g] 8,8 WW [Por] 44,5
	Dieta Vegetariańska	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczycwo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) płatki ryżowe na mleku 350 ml (BIA) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pomidor 80 g Sałata 10 g Owoc 1 szt	Pasta z fasoli 30 g Masło śmietankowe 5 g (BIA) Kajzerka 1 szt (GLU)	Kompot owocowy 300 ml Zupa kapuśniak z ziemniakami 350 ml (SEL) Gulasz paprykowy z soczewicą i pomidorami 110 g Ryż gotowany 180 g Surówka z marchewki z jabłkiem 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczycwo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) twarożek z natką pietruszki 90 g (BIA) Sałata 10 g Papryka 80 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 483,9 Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 66,7 Węglowodany ogółem [g] 400,5 Błonnik pokarmowy [g] 49,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,6 suma cukrów prostych [g] 74,4 Sól [g] 7,1 WW [Por] 40,2

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-13 do dnia 2025-05-22 MAZOWIECKI SZPITAL

				Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-05-20 wtorek	Szpital Maz. dieta podstawowa			Pieczyno mieszane 120 g (GLU, ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Płatki jaglane na mleku 350 ml (BIA) Kielbasa kanapkowa 50 g Papryka 80 g Sałata 10 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Twarożek ziołowy 30 g (BIA) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa krupnik z kaszą 400 ml (SEL) Bigos domowy 300 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczyno mieszane 120 g (GLU, ŻYT) kielbasa szynkowa 60 g (MIĘ) Ogórki kiszane 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 659,5 Białko ogółem [g] 150 Tłuszcz [g] 85,7 Węglowodany ogółem [g] 340,2 Błonnik pokarmowy [g] 37,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,3 suma cukrów prostych [g] 37,2 Sól [g] 11,2 WW [Por] 33,9
	Szpital Maz. dieta cukrzycowa			Pieczyno razowe 120 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Płatki jaglane na mleku 350 ml (BIA) Kielbasa kanapkowa 50 g Papryka 80 g Sałata 10 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Twarożek ziołowy 30 g (BIA) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa krupnik z kaszą 400 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Mizeria z jogurtem 120 g (BIA) Pulpetywieprzowe gotowane 100 g (GLU, MIĘ) Sos pomidorowy 80 g (SEL)	Pieczyno razowe 120 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml kielbasa szynkowa 60 g (MIĘ) Ogórki kiszane 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 467,3 Białko ogółem [g] 122,5 Tłuszcz [g] 73,3 Węglowodany ogółem [g] 346,8 Błonnik pokarmowy [g] 41,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2 suma cukrów prostych [g] 61,9 Sól [g] 7,2 WW [Por] 34,6
	Szpital Maz. dieta łatwstrawna			Pieczyno pszenne 120 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Płatki jaglane na mleku 350 ml (BIA) Kielbasa kanapkowa 50 g Pomidor bs 100 g Sałata 10 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Twarożek ziołowy 30 g (BIA) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa krupnik z kaszą 400 ml (SEL) Pulpetywieprzowe gotowane 100 g (GLU, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet warzyw 120 g Sos pomidorowy 80 g (SEL)	Pieczyno pszenne 120 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml kielbasa szynkowa 60 g (MIĘ) Pomidor bs 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 493,3 Białko ogółem [g] 125,4 Tłuszcz [g] 73,3 Węglowodany ogółem [g] 357,2 Błonnik pokarmowy [g] 45,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3 suma cukrów prostych [g] 72,6 Sól [g] 7,4 WW [Por] 35,7
	Szpital Maz. Wysokokaloryczna			Pieczyno mieszane 150 g (GLU, ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Płatki jaglane na mleku 350 ml (BIA) Kielbasa kanapkowa 50 g Papryka 80 g Sałata 10 g Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Twarożek ziołowy 30 g (BIA) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa krupnik z kaszą 400 ml (SEL) Bigos domowy 350 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 200 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczyno mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 50 g (BIA, R YB) Ogórki kiszane 80 g Sałata 10 g kielbasa szynkowa 60 g (MIĘ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 069,9 Białko ogółem [g] 181,2 Tłuszcz [g] 102,5 Węglowodany ogółem [g] 376,1 Błonnik pokarmowy [g] 41,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,6 suma cukrów prostych [g] 38,4 Sól [g] 13,1 WW [Por] 37,4

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-05-20 wtorek	Dieta Vegetariańska		Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Płatki jaglane na mleku 350 ml (BIA) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Papryka 80 g Sałata 10 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Twarożek ziołowy 30 g (BIA) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa krupnik z kaszą 400 ml (SEL) Bigos wegetariański 300 g Ziemniaki gotowane 180 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 50 g (BIA, R YB) Ogórki kiszane 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 159,6 Białko ogółem [g] 83,1 Tłuszcz [g] 62,6 Węglowodany ogółem [g] 331,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30 suma cukrów prostych [g] 38,5 Sól [g] 6,3 WW [Por] 33,2
		Szpital Maz. dieta podstawowa	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Zacierki na mleku 350 g (BIA) Pasta jajeczna z nat. pietruszki 70 g (JAJ) Pomidor 80 g Mix sałat 10 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) szynka wiejska 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa fasolowa z ziemniakami 400 g (SEL) Pierogi z mięsem 350 g (GLU) Cebulka prażona 20 g Surówka z kapusty czerwonej 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Piers wędzona z indyka 50 g Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 762 Białko ogółem [g] 137 Tłuszcz [g] 137,7 Węglowodany ogółem [g] 452,7 Błonnik pokarmowy [g] 53,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7 suma cukrów prostych [g] 71,4 Sól [g] 11 WW [Por] 45,6
		Szpital Maz. dieta cukrzycowa	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Zacierki na mleku 350 g (BIA) Pasta jajeczna z nat. pietruszki 70 g (JAJ) Pomidor 80 g Mix sałat 10 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) szynka wiejska 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa fasolowa z ziemniakami 400 g (SEL) Pierogi z mięsem 350 g (GLU) Surówka z kapusty czerwonej 120 g Cebulka prażona 20 g	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Piers wędzona z indyka 50 g Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 664,4 Białko ogółem [g] 133,8 Tłuszcz [g] 137,7 Węglowodany ogółem [g] 434,7 Błonnik pokarmowy [g] 59,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7 suma cukrów prostych [g] 72 Sól [g] 10,8 WW [Por] 43,8
		Szpital Maz. dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 120 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Zacierki na mleku 350 g (BIA) Pasta jajeczna z nat. pietruszki 70 g (JAJ) Pomidor bs 80 g Mix sałat 10 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) szynka wiejska 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 400 ml (GLU, SEL) Pierogi z mięsem 350 g (GLU) Spinak duszony 120 g Masło extra 82% 5 g (BIA)	Pieczywo pszenne 120 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Piers z indyka gotowana 50 g Sałatka jarzynowa dietetyczna 100 g (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 471,2 Białko ogółem [g] 115 Tłuszcz [g] 143,5 Węglowodany ogółem [g] 377 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,6 suma cukrów prostych [g] 43,8 Sól [g] 10 WW [Por] 38

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-13 do dnia 2025-05-22 MAZOWIECKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-05-21 środa	Szpital Maz. Wysokokaloryczna	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Zacierki na mleku 350 g (BIA) Pasta jajeczna z nat. pietruszki 70 g (JAJ) Pomidor 80 g Mix sałat 10 g Szynka włoska 30 g (MIĘ) Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) szynka wiejska 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa fasolowa z ziemniakami 400 g (SEL) Pierogi z mięsem 350 g (GLU) Cebulka prażona 20 g Surówka z kapusty czerwonej 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Pierś wędzona z indyka 50 g Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 060,2 Białko ogółem [g] 159,1 Tłuszcz [g] 149,6 Węglowodany ogółem [g] 479,3 Błonnik pokarmowy [g] 55,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 suma cukrów prostych [g] 72 Sól [g] 11,9 WW [Por] 48,3
	Dieta Vegetariańska	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Zacierki na mleku 350 g (BIA) Pasta jajeczna z nat. pietruszki 70 g (JAJ) Pomidor 80 g Mix sałat 10 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Pasta z zielonego groszku 30 g Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa fasolowa z ziemniakami 400 g (SEL) Pierogi ruskie 350 g (BIA, GLU) Cebulka prażona 20 g Surówka z kapusty czerwonej 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 955 Białko ogółem [g] 120,1 Tłuszcz [g] 92,6 Węglowodany ogółem [g] 438,8 Błonnik pokarmowy [g] 56,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,7 suma cukrów prostych [g] 75,8 Sól [g] 5,7 WW [Por] 44,5
2025-05-22 czwartek	Szpital Maz. dieta podstawowa	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) Szynka w siatce 60 g (MIĘ) Ogórek świeży 100 g Sałata 10 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Szynka wójtka 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa pejszanka z ziemniakami ,pomidorami i porami 400 ml (SEL) Schab pieczony 100 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Szynka galicyjska 50 g (MIĘ) Papryka 30 g Sałata 10 g Serek topiony 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 529,5 Białko ogółem [g] 145,3 Tłuszcz [g] 74,7 Węglowodany ogółem [g] 336,3 Błonnik pokarmowy [g] 35,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 suma cukrów prostych [g] 48,1 Sól [g] 6,5 WW [Por] 33,8
	Szpital Maz. dieta cukrzycowa	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) Szynka w siatce 60 g (MIĘ) Ogórek świeży 100 g Sałata 10 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Szynka wójtka 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa pejszanka z ziemniakami ,pomidorami i porami 400 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej 120 g Schab pieczony 100 g (MIĘ)	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Szynka galicyjska 50 g (MIĘ) Papryka 30 g Sałata 10 g Serek topiony 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 431,9 Białko ogółem [g] 142,1 Tłuszcz [g] 74,7 Węglowodany ogółem [g] 318,2 Błonnik pokarmowy [g] 41,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 suma cukrów prostych [g] 48,7 Sól [g] 6,3 WW [Por] 32

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-13 do dnia 2025-05-22 MAZOWIECKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-05-22 czwartek	Szpital Maz. dieta łatwostrawna	Pieczyno pszenne 120 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) Szynka w siatce 60 g (MIE) Pomidor bs 80 g Sałata 10 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Szynka wójta 30 g (MIE) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml zupa pejzanka z ziemniakami 400 ml (SEL) Schab pieczony 100 g (MIE) Kalafior gotowany 120 g Ziemniaki gotowane 180 g	Pieczyno pszenne 120 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Szynka galicyjska 50 g (MIE) Pomidor 30 g Sałata 10 g Serek topiony 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 440,6 Białko ogółem [g] 150,1 Tłuszcz [g] 74,2 Węglowodany ogółem [g] 310 Błonnik pokarmowy [g] 36,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 suma cukrów prostych [g] 43 Sól [g] 6 WW [Por] 31,1
	Szpital Maz. Wysokokaloryczna	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczyno mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) Szynka w siatce 60 g (MIE) Ogórek świeży 100 g Sałata 10 g Serek topiony 30 g (BIA) Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Szynka wójta 30 g (MIE) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa pejzanka z ziemniakami i pomidorami i porami 400 ml (SEL) Schab pieczony 130 g (MIE) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty czerwonej 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczyno mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Szynka galicyjska 50 g (MIE) Papryka 30 g Sałata 10 g Ser żółty 30 g (BIA) Serek topiony 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 867,8 Białko ogółem [g] 167 Tłuszcz [g] 88,6 Węglowodany ogółem [g] 368,9 Błonnik pokarmowy [g] 38,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6 suma cukrów prostych [g] 49 Sól [g] 7 WW [Por] 37,1
	Dieta Wegetariańska	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczyno mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) Serek topiony 30 g (BIA) Ogórek świeży 100 g Sałata 10 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Ser żółty 30 g (BIA) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa pejzanka z ziemniakami i pomidorami i porami 400 ml (SEL) Kotlet sojowy 100 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczyno mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Ser żółty 50 g (BIA) Papryka 30 g Sałata 10 g Serek topiony 30 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 336,5 Białko ogółem [g] 84,6 Tłuszcz [g] 79,4 Węglowodany ogółem [g] 338,2 Błonnik pokarmowy [g] 35,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 suma cukrów prostych [g] 48,1 Sól [g] 4,3 WW [Por] 34