

				Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-23 środa	Szpital Maz. dieta podstawowa			Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (BIA, GLU) Wędzonka krotoszyńska 60 g (MIĘ) Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Ogórek świeży 80 g Herbata 400 ml Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Polędwica sopocka 30 g (MIĘ)	Barszcz czerwony z ziemniakami b/zab 350 g (SEL) Kompot owocowy 300 ml Kotlet schabowy 100 g (GLU, JAJ, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej 120 g	Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka warzywna z kuskusem 100 g (SEL) Sałata 10 g Herbata 400 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 603,6 Białko ogółem [g] 137 Tłuszcz [g] 81,3 Węglowodany ogółem [g] 351,5 Błonnik pokarmowy [g] 41,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,2 suma cukrów prostych [g] 59,3 Sól [g] 7,5 WW [Por] 35,4
	Szpital Maz. dieta cukrzycowa			Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (BIA, GLU) Wędzonka krotoszyńska 60 g (MIĘ) Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Ogórek świeży 80 g Herbata 400 ml Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Polędwica sopocka 30 g (MIĘ)	Barszcz czerwony z ziemniakami b/zab 350 g (SEL) Kompot owocowy 300 ml Bitka schabowa 100 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej 120 g Sos pieczeniowy 50 g	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka warzywna z kuskusem 100 g (SEL) Sałata 10 g Herbata 400 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 436 Białko ogółem [g] 125,2 Tłuszcz [g] 74,1 Węglowodany ogółem [g] 340,6 Błonnik pokarmowy [g] 46,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 suma cukrów prostych [g] 59,9 Sól [g] 6,9 WW [Por] 34,3
	Szpital Maz. dieta łatwostrawna			Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (BIA, GLU) twaróg (ser biały) 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Pomidor 80 g Herbata 400 ml Owoc 1 szt Dżem 25 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Polędwica sopocka 30 g (MIĘ)	Barszcz czerwony z ziemniakami b/zab 350 g (SEL) Kompot owocowy 300 ml Bitka schabowa 100 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Fasolka szparagowa 120 g Sos pieczeniowy 50 g	Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) szynka wiejska 60 g (MIĘ) Warzywa gotowane 100 g Sałata 10 g Herbata 400 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 280,5 Białko ogółem [g] 111,1 Tłuszcz [g] 63 Węglowodany ogółem [g] 332,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4 suma cukrów prostych [g] 57,4 Sól [g] 7,5 WW [Por] 33,4
	Szpital Maz. Wysokokaloryczna			Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (BIA, GLU) Wędzonka krotoszyńska 60 g (MIĘ) twaróg (ser biały) 60 g (BIA) Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Ogórek świeży 80 g Herbata 400 ml Owoc 1 szt Dżem 25 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Polędwica sopocka 30 g (MIĘ)	Barszcz czerwony z ziemniakami b/zab 350 g (SEL) Kompot owocowy 300 ml Kotlet schabowy 100 g (GLU, JAJ, MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej 120 g Sos pieczeniowy 50 g	Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka warzywna z kuskusem 100 g (SEL) szynka wiejska 60 g (MIĘ) Sałata 10 g Herbata 400 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 889,4 Białko ogółem [g] 157,9 Tłuszcz [g] 87,5 Węglowodany ogółem [g] 387,8 Błonnik pokarmowy [g] 41,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,1 suma cukrów prostych [g] 67,6 Sól [g] 9,3 WW [Por] 39,1

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-23 do dnia 2025-05-02 MAZOWIECKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-23 środa	Dieta Wegetariańska		Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (BIA, GLU) twaróg (ser biały) 60 g (BIA) Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g Ogórek świeży 80 g Herbata 400 ml Owoc 1 szt Dżem 25 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Ser żółty 30 g (BIA)	Barszcz czerwony z ziemniakami b/zab 350 g (SEL) Kompot owocowy 300 ml Kotlet sojowy 100 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej 120 g	Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka warzywna z kuskusem 100 g (SEL) Sałata 10 g Herbata 400 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 348,7 Białko ogółem [g] 89,5 Tłuszcz [g] 68,9 Węglowodany ogółem [g] 362,9 Błonnik pokarmowy [g] 41,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 suma cukrów prostych [g] 67,6 Sól [g] 5,6 WW [Por] 36,6
		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 Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Serek wiejski 50 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml (BIA, SEL) Klops 100 g (MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Surówka wielowarzywna 120 g Sos jarzynowy 50 g (SEL)	Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Szynka galicyjska 60 (MIĘ) Pomidor 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 818,9 Białko ogółem [g] 154,7 Tłuszcz [g] 85,2 Węglowodany ogółem [g] 384,1 Błonnik pokarmowy [g] 51,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,9 suma cukrów prostych [g] 72,8 Sól [g] 7,2 WW [Por] 38,4
		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 Owoc 1 szt Sałata 10 g	Serek wiejski 50 g (BIA) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Kajzerka 1 szt (GLU)	Kompot owocowy 300 ml Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml (BIA, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Surówka wielowarzywna 120 g Klops 100 g (MIĘ) Sos jarzynowy 50 g (SEL)	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Szynka galicyjska 60 (MIĘ) Pomidor 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 721,3 Białko ogółem [g] 151,5 Tłuszcz [g] 85,2 Węglowodany ogółem [g] 366 Błonnik pokarmowy [g] 57,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,8 suma cukrów prostych [g] 73,4 Sól [g] 7 WW [Por] 36,6
		Szpital Maz. dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 120 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Zacierki na mleku 350 g (BIA) Szynka w siatce 50 g (MIĘ) Pomidor bs 80 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Serek wiejski 50 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml (BIA, SEL) Klops 100 g (MIĘ) Bukiet warzyw 120 g Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Sos jarzynowy 50 g (SEL)	Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Szynka galicyjska 60 (MIĘ) Pomidor bs 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 644,5 Białko ogółem [g] 151,9 Tłuszcz [g] 84 Węglowodany ogółem [g] 342,9 Błonnik pokarmowy [g] 45,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,6 suma cukrów prostych [g] 61,6 Sól [g] 6,6 WW [Por] 34,5

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-23 do dnia 2025-05-02 MAZOWIECKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-24 czwartek	Szpital Maz. Wysokokaloryczna		masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Zacierki na mleku 350 g (BIA) Szynka w siatce 50 g (MIĘ) Pomidor 80 g Owoc 1 szt Ser żółty 50 g (BIA) Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Serek wiejski 50 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml (BIA, SEL) Klops 120 g (MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 200 g (GLU) Surówka wielowarzywna 120 g Sos jarzynowy 50 g (SEL)	Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Twarożek 90 g (BIA) Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) Pomidor 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 249,5 Białko ogółem [g] 190,2 Tłuszcz [g] 101,6 Węglowodany ogółem [g] 420,3 Błonnik pokarmowy [g] 53,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,8 suma cukrów prostych [g] 76,4 Sól [g] 8 WW [Por] 42,2
	Dieta Wegetariańska		masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Zacierki na mleku 350 g (BIA) Ser żółty 50 (BIA) Pomidor 80 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Serek wiejski 50 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml (BIA, SEL) Kotlet jajeczny 100 g (GLU, JAJ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Surówka wielowarzywna 120 g Sos jarzynowy 50 g (SEL)	Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Twarożek 90 g (BIA) Pomidor 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 777,4 Białko ogółem [g] 119,4 Tłuszcz [g] 84,5 Węglowodany ogółem [g] 411,6 Błonnik pokarmowy [g] 53,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1 suma cukrów prostych [g] 75,8 Sól [g] 6,2 WW [Por] 41,3
2025-04-25 piątek	Szpital Maz. dieta podstawowa		masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Płatki owsiane na mleku 350 ml (BIA, GLU) twarożek ze szczypiorkiem 90 g (BIA) Rzodkiewka 80 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Polędwica sopocka 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa kalafiorowa z ryżem 400 ml (BIA, SEL) Filet z mintaja panierowany pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) Pomidor 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 350,4 Białko ogółem [g] 114,2 Tłuszcz [g] 63,9 Węglowodany ogółem [g] 349 Błonnik pokarmowy [g] 40,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 suma cukrów prostych [g] 49,7 Sól [g] 7,7 WW [Por] 34,9
	Szpital Maz. dieta cukrzycowa		Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Płatki owsiane na mleku 350 ml (BIA, GLU) twarożek ze szczypiorkiem 90 g (BIA) Rzodkiewka 80 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Polędwica sopocka 30 g (MIĘ)	Kompot owocowy 300 ml Zupa kalafiorowa z ryżem 400 ml (BIA, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej 120 g Filet z mintaja na parze 100 g (RYB)	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) Pomidor 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 363,4 Białko ogółem [g] 133,5 Tłuszcz [g] 65,4 Węglowodany ogółem [g] 330,9 Błonnik pokarmowy [g] 46,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,9 suma cukrów prostych [g] 50,3 Sól [g] 7,6 WW [Por] 33

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-23 do dnia 2025-05-02 MAZOWIECKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-25 piątek	Szpital Maz. dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 120 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Płatki owsiane na mleku 350 ml (BIA, GLU) twarożek z koperkiem 90 g (BIA) Pomidor bs 80 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Polędwica sopocka 30 g (MIĘ)	Kompot owocowy 300 ml Zupa kalafiorowa z ryżem 400 ml (BIA, SEL) Filet z mintaja na parze 100 g (RYB) Warzywa po grecku 120 g Ziemniaki gotowane 180 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) Pomidor bs 80 g Sałata 10 g Pieczywo pszenne 120 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 211,1 Białko ogółem [g] 124,5 Tłuszcz [g] 59,6 Węglowodany ogółem [g] 308,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1 suma cukrów prostych [g] 44 Sól [g] 6,4 WW [Por] 30,9
	Szpital Maz. Wysokokaloryczna	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Płatki owsiane na mleku 350 ml (BIA, GLU) twarożek ze szczypiorkiem 90 g (BIA) Rzodkiewka 80 g Owoc 1 szt wędlina kaliska 60 g (BIA, GLU, JAJ, MIĘ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, ZIA) Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Polędwica sopocka 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa kalafiorowa z ryżem 400 ml (BIA, SEL) Filet z mintaja panierowany pieczony 140 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) Pomidor 80 g Sałata 10 g Twarożek 90 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 643,6 Białko ogółem [g] 145,3 Tłuszcz [g] 69 Węglowodany ogółem [g] 381 Błonnik pokarmowy [g] 42,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1 suma cukrów prostych [g] 50,5 Sól [g] 11,4 WW [Por] 38,1
	Dieta Vegetariańska	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Płatki owsiane na mleku 350 ml (BIA, GLU) twarożek ze szczypiorkiem 90 g (BIA) Rzodkiewka 80 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Pasta warzywna 50 g Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa kalafiorowa z ryżem 400 ml (BIA, SEL) Filet z mintaja panierowany pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Twarożek 90 g (BIA) Pomidor 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 391,7 Białko ogółem [g] 111,3 Tłuszcz [g] 63,3 Węglowodany ogółem [g] 366,7 Błonnik pokarmowy [g] 47,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 suma cukrów prostych [g] 57,3 Sól [g] 6,8 WW [Por] 36,7
2025-04-26 sobota	Szpital Maz. dieta podstawowa	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Pomidor 80 g Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) Szynka staropolska 60 g (MIĘ) Sałata 10 g	Masło śmietankowe 5 g (BIA) Szynkowa 30 g (MIĘ) Kajzerka 1 szt (GLU)	Kompot owocowy 300 ml Zupa selerowa z pomidorami 400 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Udko kurczaka pieczone 150 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) kiełbasa krakowska 60 g (MIĘ) Pomidor 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 478 Białko ogółem [g] 123 Tłuszcz [g] 71,7 Węglowodany ogółem [g] 357,1 Błonnik pokarmowy [g] 43,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4 suma cukrów prostych [g] 47,2 Sól [g] 6,2 WW [Por] 35,6

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-26 sobota	Szpital Maz. dieta cukrzycowa	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Pomidor 80 g Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) Szynka staropolska 60 g (MIĘ) Sałata 10 g	Masło śmietankowe 5 g (BIA) Szynkowa 30 g (MIĘ) Kajzerka 1 szt (GLU)	Kompot owocowy 300 ml Zupa selerowa z pomidorami 400 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Udko kurczaka pieczone 150 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) kiełbasa krakowska 60 g (MIĘ) Pomidor 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 380,4 Białko ogółem [g] 119,8 Tłuszcz [g] 71,5 Węglowodany ogółem [g] 339,1 Błonnik pokarmowy [g] 49,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4 suma cukrów prostych [g] 47,8 Sól [g] 6 WW [Por] 33,8
	Szpital Maz. dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 120 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pomidor bs 80 g Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) Szynka staropolska 60 g (MIĘ) Sałata 10 g	Masło śmietankowe 5 g (BIA) Szynkowa 30 g (MIĘ) Kajzerka 1 szt (GLU)	Kompot owocowy 300 ml Zupa selerowa z pomidorami 400 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Udko gotowane 150 g Buraczki 120 g (GLU)	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 120 g (GLU) szynka wiejska 50 g (MIĘ) Pomidor bs 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 344 Białko ogółem [g] 121,2 Tłuszcz [g] 71,7 Węglowodany ogółem [g] 317,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 suma cukrów prostych [g] 39,2 Sól [g] 7 WW [Por] 31,8
	Szpital Maz. Wysokokaloryczna	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Pomidor 80 g Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) twaróg (ser biały) 90 g (BIA) Sałata 10 g Szynka staropolska 60 g (MIĘ) Dżem 25 g	Masło śmietankowe 5 g (BIA) Szynkowa 30 g (MIĘ) Kajzerka 1 szt (GLU)	Kompot owocowy 300 ml Zupa selerowa z pomidorami 400 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Udko kurczaka pieczone 150 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Ser żółty 50 g (BIA) Pomidor 80 g Sałata 10 g kiełbasa krakowska 60 g (MIĘ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 882,6 Białko ogółem [g] 145,7 Tłuszcz [g] 83,7 Węglowodany ogółem [g] 409,9 Błonnik pokarmowy [g] 46 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 suma cukrów prostych [g] 56,8 Sól [g] 6,8 WW [Por] 41
	Dieta Vegetariańska	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Pomidor 80 g Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) twaróg (ser biały) 90 g (BIA) Sałata 10 g Dżem 25 g	Masło śmietankowe 5 g (BIA) Pasta z zielonego groszku 50 g Kajzerka 1 szt (GLU)	Kompot owocowy 300 ml Zupa selerowa z pomidorami 400 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Kotlet sojowy 100 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] 2 242,2 Białko ogółem [g] 75,9 Tłuszcz [g] 53,7 Węglowodany ogółem [g] 386,7 Błonnik pokarmowy [g] 46,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 suma cukrów prostych [g] 57,6 Sól [g] 4,5 WW [Por] 38,7

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-23 do dnia 2025-05-02 MAZOWIECKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-27 niedziela	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) Pasta z twarogu i szynki 90 g (BIA, MIĘ) Ogórki kiszone 80 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Szynka w siatce 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Barszczukraiński z fasolką szparagową 400 ml (BIA, SEL) Kasza gryczana gotowana 180 g Bitka wieprzowa 100 g (MIĘ) Surówka z selera i jabłka 120 g (SEL) Sos pieczeniowy 50 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Szynka drobiowa 60 g (MIĘ) Pomidor 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 443,5 Białko ogółem [g] 122 Tłuszcz [g] 62,8 Węglowodany ogółem [g] 369,2 Łonnik pokarmowy [g] 43,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 suma cukrów prostych [g] 55,4 Sól [g] 6,7 WW [Por] 37,1
	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) Pasta z twarogu i szynki 90 g (BIA, MIĘ) Ogórek świeży 80 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Szynka w siatce 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Barszczukraiński z fasolką szparagową 400 ml (BIA, SEL) Kasza gryczana gotowana 180 g Bitka wieprzowa 100 g (MIĘ) Surówka z selera i jabłka 120 g (SEL) Sos pieczeniowy 50 g	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Szynka drobiowa 60 g (MIĘ) Pomidor 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 345,8 Białko ogółem [g] 118,9 Tłuszcz [g] 62,8 Węglowodany ogółem [g] 351,2 Łonnik pokarmowy [g] 49,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4 suma cukrów prostych [g] 56 Sól [g] 6,5 WW [Por] 35,2
	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) Pasta z twarogu i szynki 90 g (BIA, MIĘ) Pomidor bs 80 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Szynka w siatce 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) Bitka wieprzowa 100 g (MIĘ) Marchewka gotowana 120 g (BIA, GLU) Sos pieczeniowy 50 g	Pieczywo pszenne 120 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Szynka drobiowa 60 g (MIĘ) Pomidor bs 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 340,9 Białko ogółem [g] 114,3 Tłuszcz [g] 65,3 Węglowodany ogółem [g] 343,1 Łonnik pokarmowy [g] 37,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,9 suma cukrów prostych [g] 47 Sól [g] 6,2 WW [Por] 34,5
	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) Pasta z twarogu i szynki 90 g (BIA, MIĘ) Wędzonka krotoszyńska 50 g (MIĘ) Ogórki kiszone 80 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Szynka w siatce 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 Bitka wieprzowa 120 g (MIĘ) Surówka z selera i jabłka 120 g (SEL) Sos pieczeniowy 50 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Szynka drobiowa 60 g (MIĘ) Pomidor 80 g Sałata 10 g Pasta z ciecierzycy 90 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 887,6 Białko ogółem [g] 155,9 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 428,7 Łonnik pokarmowy [g] 54,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 suma cukrów prostych [g] 58,2 Sól [g] 7,6 WW [Por] 43

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-23 do dnia 2025-05-02 MAZOWIECKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-27 niedziela	Dieta Vegetariańska		masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) pasta twarogowa z czubrycą 90 g (BIA) Ogórki kiszone 80 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Serek topiony 30 g (BIA) 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 pieczeniowy 50 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Pasta z ciecierzycy 90 g Pomidor 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 653,8 Białko ogółem [g] 107,3 Tłuszcz [g] 69,8 Węglowodany ogółem [g] 423,1 Błonnik pokarmowy [g] 53,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 suma cukrów prostych [g] 58,1 Sól [g] 5,2 WW [Por] 42,4
		Szpital Maz. dieta podstawowa	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo 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	Szynka włoska 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Kajzerka 1 szt (GLU)	Kompot owocowy 300 ml Zupa kapuśniak z ziemniakami 400 ml (SEL) Gulasz drobiowy 180 g (MIĘ) Ryż gotowany 180 g Surówka z marchewki z jabłkiem 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Szynka rzeż 60 g (MIĘ) Sałata 10 g Papryka 80 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 756,5 Białko ogółem [g] 139,9 Tłuszcz [g] 72,5 Węglowodany ogółem [g] 411,6 Błonnik pokarmowy [g] 56,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 suma cukrów prostych [g] 80,6 Sól [g] 9,3 WW [Por] 41,5
		Szpital Maz. dieta cukrzycowa	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml płatki ryżowe na mleku 350 ml (BIA) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pomidor 80 g Sałata 10 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Szynka włoska 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa z cukinii z zacierką 400 ml (BIA, SEL) Ryż brązowy 180 g Surówka z marchewki z jabłkiem 120 g Gulasz drobiowy 180 g (MIĘ)	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Szynka rzeż 60 g (MIĘ) Sałata 10 g Papryka 80 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 584,9 Białko ogółem [g] 142,2 Tłuszcz [g] 77,5 Węglowodany ogółem [g] 357,6 Błonnik pokarmowy [g] 61 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 suma cukrów prostych [g] 90,3 Sól [g] 7,8 WW [Por] 36,2
		Szpital Maz. dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 120 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml płatki ryżowe na mleku 350 ml (BIA) Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) Pomidor bs 80 g Sałata 10 g Owoc 1 szt	Szynka włoska 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Kajzerka 1 szt (GLU)	Kompot owocowy 300 ml Zupa z cukinii z zacierką 400 ml (BIA, SEL) Gulasz drobiowy 180 g (MIĘ) Ryż gotowany 180 g Buraczki 120 g (GLU)	Pieczywo pszenne 120 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Szynka rzeż 60 g (MIĘ) Sałata 10 g Pomidor bs 80 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 639,7 Białko ogółem [g] 160,6 Tłuszcz [g] 73,4 Węglowodany ogółem [g] 353,3 Błonnik pokarmowy [g] 44,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 suma cukrów prostych [g] 74,7 Sól [g] 7,2 WW [Por] 35,8

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-23 do dnia 2025-05-02 MAZOWIECKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-28 poniedziałek	Szpital Maz. Wysokokaloryczna		masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) płatki ryżowe na mleku 350 ml (BIA) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pomidor 80 g Sałata 10 g Owoc 1 szt Szynka galicyjska 60 g (MIĘ)	Szynka włoska 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Kajzerka 1 szt (GLU)	Kompot owocowy 300 ml Zupa kapuśniak z ziemniakami 400 ml (SEL) Gulasz drobiowy 200 g (MIĘ) Ryż gotowany 200 g Surówka z marchewki z jabłkiem 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Szynka rzeż 60 g (MIĘ) Sałata 10 g Papryka 80 g Twarożek 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 197,8 Białko ogółem [g] 188,8 Tłuszcz [g] 83,1 Węglowodany ogółem [g] 450,7 Błonnik pokarmowy [g] 60,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,9 suma cukrów prostych [g] 85,2 Sól [g] 10,1 WW [Por] 45,5
	Dieta Vegetariańska		masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo 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 jajeczna z nat. pietruszki 50 g (JAJ) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Kajzerka 1 szt (GLU)	Kompot owocowy 300 ml Zupa kapuśniak z ziemniakami 400 ml (SEL) Gulasz paprykowy z soczewicą i pomidorami 180 g Ryż gotowany 180 g Surówka z marchewki z jabłkiem 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Twarożek 90 g (BIA) Sałata 10 g Papryka 80 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 663,6 Białko ogółem [g] 110,2 Tłuszcz [g] 77,1 Węglowodany ogółem [g] 408,4 Błonnik pokarmowy [g] 52,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1 suma cukrów prostych [g] 82,2 Sól [g] 7,7 WW [Por] 41,1
2025-04-29 wtorek	Szpital Maz. dieta podstawowa		Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Płatki jaglane na mleku 350 ml (BIA) Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) Ogórek świeży 80 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt (GLU) twarożek z koperkiem 50 g (BIA) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa krupnik z kaszą 400 ml (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 100 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka wielowarzywna 120 g Sos pomidorowy 80 g (SEL)	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 90 g (BIA, R YB) Ogórki kiszzone 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 542,7 Białko ogółem [g] 128,4 Tłuszcz [g] 63 Węglowodany ogółem [g] 388,5 Błonnik pokarmowy [g] 47,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3 suma cukrów prostych [g] 75,1 Sól [g] 7,8 WW [Por] 38,8
	Szpital Maz. dieta cukrzycowa		Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Płatki jaglane na mleku 350 ml (BIA) Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) Ogórek świeży 80 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt (GLU) twarożek z koperkiem 50 g (BIA) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa krupnik z kaszą 400 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka wielowarzywna 120 g Pulpety drobiowe gotowane 100 g (MIĘ) Sos pomidorowy 80 g (SEL)	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 90 g (BIA, R YB) Ogórek świeży 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 445,1 Białko ogółem [g] 125,2 Tłuszcz [g] 63 Węglowodany ogółem [g] 370,5 Błonnik pokarmowy [g] 53,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 suma cukrów prostych [g] 75,7 Sól [g] 7,6 WW [Por] 36,8

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-23 do dnia 2025-05-02 MAZOWIECKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-29 wtorek	Szpital Maz. dieta łatwostrawna	Pieczyno pszenne 120 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Plaiki jaglane na mleku 350 ml (BIA) Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) Pomidor bs 100 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt (GLU) twarożek z koperkiem 50 g (BIA) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa krupnik z kaszą 400 ml (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 100 g (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 Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 90 g (BIA, R YB) Pomidor bs 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 425,7 Białko ogółem [g] 128,1 Tłuszcz [g] 62,6 Węglowodany ogółem [g] 359,8 Błonnik pokarmowy [g] 45,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 suma cukrów prostych [g] 73,2 Sól [g] 7,3 WW [Por] 36
	Szpital Maz. Wysokokaloryczna	Pieczyno mieszane 150 g (GLU, ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Plaiki jaglane na mleku 350 ml (BIA) Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) Ogórek świeży 80 g Owoc 1 szt Sałata 10 g Humus 70 g	Kajzerka 1 szt (GLU) twarożek z koperkiem 50 g (BIA) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa krupnik z kaszą 400 ml (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 150 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka wielowarzynna 120 g Sos pomidorowy 80 g (SEL)	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczyno mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 90 g (BIA, R YB) Ogórki kiszane 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 928,3 Białko ogółem [g] 158,2 Tłuszcz [g] 66,5 Węglowodany ogółem [g] 451,8 Błonnik pokarmowy [g] 58,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5 suma cukrów prostych [g] 79,5 Sól [g] 8,5 WW [Por] 45,1
	Dieta Wegetariańska	Pieczyno mieszane 120 g (GLU, ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Plaiki jaglane na mleku 350 ml (BIA) Humus 90 g Ogórek świeży 80 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt (GLU) twarożek z koperkiem 50 g (BIA) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa krupnik z kaszą 400 ml (SEL) Pulpety warzywne z kasza 100 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka wielowarzynna 120 g Sos pomidorowy 80 g (SEL)	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczyno mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 90 g (BIA, R YB) Ogórki kiszane 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 593,3 Białko ogółem [g] 101,8 Tłuszcz [g] 58,7 Węglowodany ogółem [g] 446,1 Błonnik pokarmowy [g] 60,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 suma cukrów prostych [g] 82,9 Sól [g] 5,6 WW [Por] 44,6
2025-04-30 środa	Szpital Maz. dieta podstawowa	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczyno mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Zacierki na mleku 350 g (BIA) Szynka włoska 50 g (MIĘ) Pomidor 80 g Sałata 10 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Szynkowa 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa fasolowa z ziemniakami 400 g (SEL) Naleśniki z serem 300 g (BIA, GLU, JA J) Sos jogurtowy 150 g (BIA) Jabłko prażone 200 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczyno mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Pierś wędzona z indyka 50 g sałatka z buraka i fety 100 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 772 Białko ogółem [g] 142,3 Tłuszcz [g] 89,1 Węglowodany ogółem [g] 362,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,8 suma cukrów prostych [g] 78 Sól [g] 7,3 WW [Por] 36,5

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-23 do dnia 2025-05-02 MAZOWIECKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-04-30 środa	Szpital Maz. dieta cukrzycowa	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Zacierki na mleku 350 g (BIA) Szynka włoska 50 g (MIĘ) Pomidor 80 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Szynkowa 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa fasolowa z ziemniakami 400 g (SEL) Makaron razowy gotowany 200 g Jabłko 1 szt Ser biały 120 g (BIA) Jogurt 100 ml (BIA)	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pierś wędzona z indyka 50 g sałatka zburaka i fety 100 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 555,5 Białko ogółem [g] 125,8 Tłuszcz [g] 74,5 Węglowodany ogółem [g] 297,5 Błonnik pokarmowy [g] 37,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35 suma cukrów prostych [g] 63,9 Sól [g] 6,4 WW [Por] 29,8
	Szpital Maz. dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 120 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Zacierki na mleku 350 g (BIA) Szynka włoska 50 g (MIĘ) Pomidor bs 80 g Sałata 10 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Szynkowa 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 400 ml (GLU, SEL) Naleśniki zserem 300 g (BIA, GLU, JAJ) Jabłka prażone 200 g Sos jogurtowy 150 g (BIA)	Pieczywo pszenne 120 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pierś z indyka gotowana 50 g Warzywa gotowane 100 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 446,7 Białko ogółem [g] 118,8 Tłuszcz [g] 79,7 Węglowodany ogółem [g] 320,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,6 suma cukrów prostych [g] 68,8 Sól [g] 5,6 WW [Por] 32,2
	Szpital Maz. Wysokokaloryczna	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Zacierki na mleku 350 g (BIA) Szynka włoska 50 g (MIĘ) Pomidor 80 g Sałata 10 g Owoc 1 szt Pasta jajeczna z nat. pietruszki 90 g (JAJ)	Kajzerka 1 szt (GLU) Szynkowa 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa fasolowa z ziemniakami 400 g (SEL) Naleśniki zserem 300 g (BIA, GLU, JAJ) Sos jogurtowy 150 g (BIA) Jabłka prażone 200 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Pierś wędzona z indyka 60 g sałatka zburaka i fety 100 g (BIA) Ser żółty 50 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 231,5 Białko ogółem [g] 175,1 Tłuszcz [g] 113,5 Węglowodany ogółem [g] 391,2 Błonnik pokarmowy [g] 36 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,6 suma cukrów prostych [g] 78,6 Sól [g] 8,4 WW [Por] 39,4
	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 90 g (JAJ) Pomidor 80 g Sałata 10 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt (GLU) Pasta z zielonego groszku 50 g Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa fasolowa z ziemniakami 400 g (SEL) Naleśniki zserem 300 g (BIA, GLU, JAJ) Sos jogurtowy 150 g (BIA) Jabłka prażone 200 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Ser żółty 50 g (BIA) sałatka zburaka i fety 100 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 888,1 Białko ogółem [g] 133,8 Tłuszcz [g] 102,2 Węglowodany ogółem [g] 372,3 Błonnik pokarmowy [g] 36,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,1 suma cukrów prostych [g] 79,6 Sól [g] 6,4 WW [Por] 37,5

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-23 do dnia 2025-05-02 MAZOWIECKI SZPITAL

				Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-05-01 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 (MIĘ) Ogórek świeży 100 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Szynka wójtka 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa pejzanka z ziemniakami ,pomidorami i porem 400 ml (SEL) Schab pieczony 100 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Szynka galicyjska 50 g (MIĘ) Rzodkiewka 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 457,3 Białko ogółem [g] 138 Tłuszcz [g] 77,9 Węglowodany ogółem [g] 316,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 suma cukrów prostych [g] 35,6 Sól [g] 6,1 WW [Por] 31,8
	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 (MIĘ) Ogórek świeży 100 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Szynka wójtka 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa pejzanka z ziemniakami ,pomidorami i porem 400 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 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) Rzodkiewka 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 359,7 Białko ogółem [g] 134,8 Tłuszcz [g] 77,8 Węglowodany ogółem [g] 298,1 Błonnik pokarmowy [g] 36,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33 suma cukrów prostych [g] 36,2 Sól [g] 5,9 WW [Por] 29,9
	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) Szynka w siatce 60 (MIĘ) Pomidor bs 80 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 pejzanka z ziemniakami 400 ml (SEL) Schab pieczony 100 g (MIĘ) Kalańfort gotowany 120 g Ziemniaki gotowane 180 g	Pieczywo pszenne 120 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Szynka galicyjska 50 g (MIĘ) Pomidor bs 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 356,1 Białko ogółem [g] 145,4 Tłuszcz [g] 67,6 Węglowodany ogółem [g] 308,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5 suma cukrów prostych [g] 43,2 Sól [g] 5,7 WW [Por] 30,9
	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) Szynka w siatce 60 g (MIĘ) Ogórek świeży 100 g Owoc 1 szt Sałata 10 g pasta twarogowa z czubrycą 90 g (BIA)	Kajzerka 1 szt (GLU) Szynka wójtka 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa pejzanka z ziemniakami ,pomidorami i porem 400 ml (SEL) Schab pieczony 130 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Szynka galicyjska 70 g (MIĘ) Rzodkiewka 80 g Sałata 10 g Pasta zielonego groszku 90 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 911,4 Białko ogółem [g] 185,3 Tłuszcz [g] 87,5 Węglowodany ogółem [g] 364,2 Błonnik pokarmowy [g] 37,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,8 suma cukrów prostych [g] 41,9 Sól [g] 7 WW [Por] 36,5

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-23 do dnia 2025-05-02 MAZOWIECKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-05-01 czwartek	Dieta Vegetariańska		masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) pasta twarogowa z czubrycą 90 g (BIA) Ogórek świeży 100 g Owoc 1 szt Sałata 10 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Ser żółty 30 g (BIA) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa pejszanka z ziemniakami ,pomidorami i porzem 400 ml (SEL) Kotlet sojowy 100 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Pasta z zielonego groszku 90 g Rzodkiewka 80 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 272,1 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 72,8 Węglowodany ogółem [g] 331,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7 suma cukrów prostych [g] 40,8 Sól [g] 4,2 WW [Por] 33,3
		Szpital Maz. dieta podstawowa	Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Owoc 1 szt Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (BIA, GLU) Ser żółty 50 g (BIA) Sałatka z pomidora 80 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Szynka rzeź 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa jarzynowa 400 ml (SEL) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Filet z miruny smażony 110 g (RYB) Surówka z kapusty kiszzonej 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Papryka 80 g Pasta rybno jajeczna 90 g (JAJ, RYB) Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 636,3 Białko ogółem [g] 125,1 Tłuszcz [g] 86,6 Węglowodany ogółem [g] 363,4 Błonnik pokarmowy [g] 49,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4 suma cukrów prostych [g] 56,7 Sól [g] 9,7 WW [Por] 36,5
		Szpital Maz. dieta cukrzycowa	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Owoc 1 szt Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (BIA, GLU) Twarożek ziołowy 90 g (BIA) Sałatka z pomidora 80 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Szynka rzeź 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa jarzynowa 400 ml (SEL) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Surówka z kapusty kiszzonej 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Papryka 80 g Pasta rybno jajeczna 90 g (JAJ, RYB) Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 766,9 Białko ogółem [g] 171,5 Tłuszcz [g] 86,8 Węglowodany ogółem [g] 350,5 Błonnik pokarmowy [g] 56,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,5 suma cukrów prostych [g] 61,5 Sól [g] 9,7 WW [Por] 35,2
		Szpital Maz. dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 120 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Owoc 1 szt Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (BIA, GLU) Twarożek ziołowy 90 g (BIA) Sałatka z pomidora 80 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Szynka rzeź 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa jarzynowa 400 ml (SEL) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Warzywa po grecku 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Pomidor 80 g Pasta rybno jajeczna 90 g (JAJ, RYB) Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 754,3 Białko ogółem [g] 173,8 Tłuszcz [g] 86,1 Węglowodany ogółem [g] 342,3 Błonnik pokarmowy [g] 47 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,4 suma cukrów prostych [g] 61,1 Sól [g] 8,3 WW [Por] 34,5

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-05-02 piątek	Szpital Maz. Wysokokaloryczna		Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Owoc 1 szt Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (BIA, GLU) Ser żółty 50 g (BIA) Sałatka z pomidora 80 g Twarożek ziołowy 90 g (BIA)	Kajzerka 1 szt (GLU) Szyńka rzeż 30 g (MIE) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa jarzynowa 400 ml (SEL) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Filet z miruny smażony 120 g (RYB) Surówka z kapusty kiszonej 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 150 g (GLU, ŻYT) Papryka 80 g Pasta rybno jajeczna 90 g (JAJ, RYB) Sałata 10 g Ser biały 70 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 028,1 Białko ogółem [g] 167 Tłuszcz [g] 96,7 Węglowodany ogółem [g] 397,8 Błonnik pokarmowy [g] 52,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39 suma cukrów prostych [g] 63,6 Sól [g] 10,5 WW [Por] 40
	Dieta Vegetariańska		Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Owoc 1 szt Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (BIA, GLU) Ser żółty 50 g (BIA) Sałatka z pomidora 80 g	Kajzerka 1 szt (GLU) Humus z sezamem 30 g Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Kompot owocowy 300 ml Zupa jarzynowa 400 ml (SEL) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Filet z miruny smażony 110 g (RYB) Surówka z kapusty kiszonej 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 120 g (GLU, ŻYT) Papryka 80 g Pasta rybno jajeczna 90 g (JAJ, RYB) Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 657,3 Białko ogółem [g] 122,5 Tłuszcz [g] 86,4 Węglowodany ogółem [g] 372,3 Błonnik pokarmowy [g] 52,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33 suma cukrów prostych [g] 57,2 Sól [g] 8,9 WW [Por] 37,4