

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USK 1 w Szczecinie		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-03-01		
Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 25 g, wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, chleb mieszany psz-żył. 70 g (<u>GLU</u>),	.selerowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g, .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), brokuł gotowany 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 g,	chleb mieszany psz-żył. 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 100 g (<u>JAJ</u>), szczypiorek 20 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1937.63 kcal; Białko ogółem: 87.83 g; Tłuszcz: 68.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.18 g; Węglowodany ogółem: 256.83 g; suma cukrów prostych: 34.15 g; Błonnik pokarmowy: 31.16 g; Sól: 7.04 g; WW: 22.83 Por; Cholesterol: 658.74 mg;

piątek 2024-03-01		
Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30 g, pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 200 ml, chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>),	.selerowa z makaronem 200 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 100 g, .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), brokuł gotowany 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 g,	chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), szczypiorek 20 g, Herbata czarna z/c 200 ml,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30 g, ogórek świeży 100 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1289.18 kcal; Białko ogółem: 60.76 g; Tłuszcz: 55.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.2 g; Węglowodany ogółem: 142.38 g; suma cukrów prostych: 40.45 g; Błonnik pokarmowy: 12.65 g; Sól: 3.29 g; WW: 13.04 Por; Cholesterol: 379.96 mg;

piątek 2024-03-01		
Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 25 g, wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	.selerowa z makaronem 200 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 100 g, .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), brokuł gotowany 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 g,	chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30 g, szczypiorek 20 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30 g, ogórek świeży 100 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1531 kcal; Białko ogółem: 74.42 g; Tłuszcz: 56.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.29 g; Węglowodany ogółem: 187.78 g; suma cukrów prostych: 49.92 g; Błonnik pokarmowy: 13.46 g; Sól: 3.66 g; WW: 17.55 Por; Cholesterol: 379.96 mg;

piątek 2024-03-01		
Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)		
chleb mieszany psz-żył. 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 25 g, wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>),	.selerowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g, .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), brokuł gotowany 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 g,	chleb mieszany psz-żył. 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 100 g (<u>JAJ</u>), szczypiorek 20 g, Herbata czarna z/c 400 ml, wędlina 30 g,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30 g, ogórek świeży 100 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2064.89 kcal; Białko ogółem: 95.19 g; Tłuszcz: 69.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.24 g; Węglowodany ogółem: 280.43 g; suma cukrów prostych: 56.13 g; Błonnik pokarmowy: 31.82 g; Sól: 7.06 g; WW: 25.1 Por; Cholesterol: 658.74 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-01			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
chleb mieszany psz-żyty. 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 25 g, wędlina 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml, chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>),	.selerowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g, .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), .brokuł gotowany 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 g,	chleb mieszany psz-żyty. 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 100 g (<u>JAJ</u>), .marchew gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30 g, dżem owocowy szt. 50 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2239.61 kcal; Białko ogółem: 90.99 g; Tłuszcz: 72.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.33 g; Węglowodany ogółem: 323.58 g; suma cukrów prostych: 75.52 g; Błonnik pokarmowy: 36.55 g; Sól: 7.79 g; WW: 28.87 Por; Cholesterol: 659.24 mg;

piątek 2024-03-01			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
chleb mieszany psz-żyty. 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30 g, pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, dżem owocowy szt. 50 g, chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>),	.selerowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g, .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), .brokuł gotowany 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 g,	chleb mieszany psz-żyty. 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 100 g (<u>JAJ</u>), wędlina 50 g, szczypiorek 20 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30 g, ogórek świeży 100 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1968.89 kcal; Białko ogółem: 94.92 g; Tłuszcz: 68.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.2 g; Węglowodany ogółem: 256.9 g; suma cukrów prostych: 52.1 g; Błonnik pokarmowy: 31.82 g; Sól: 7.04 g; WW: 22.7 Por; Cholesterol: 658.74 mg;

piątek 2024-03-01			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, miód 25 g, pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>),	.selerowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g, .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), szpinak gotowany - dieta 150 g (<u>GLU</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g,	chleb pszenny krojony 90 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 100 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 8 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30 g, sałata zielona 8 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2006.74 kcal; Białko ogółem: 91.05 g; Tłuszcz: 69.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.45 g; Węglowodany ogółem: 262.58 g; suma cukrów prostych: 28.08 g; Błonnik pokarmowy: 18.17 g; Sól: 7.24 g; WW: 24.79 Por; Cholesterol: 657.74 mg;

piątek 2024-03-01			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 200 ml, chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>),	.selerowa z makaronem 200 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 100 g, .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), szpinak gotowany - dieta 150 g (<u>GLU</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g,	chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 8 g, Herbata czarna z/c 200 ml,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30 g, sałata zielona 8 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1332.84 kcal; Białko ogółem: 64.43 g; Tłuszcz: 58.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.59 g; Węglowodany ogółem: 143.19 g; suma cukrów prostych: 37.56 g; Błonnik pokarmowy: 11.71 g; Sól: 3.48 g; WW: 13.28 Por; Cholesterol: 379.96 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, miód 25 g, pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>),	.selerowa z makaronem 200 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 100 g, .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), szpinak gotowany - dieta 150 g (<u>GLU</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g,	chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 8 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30 g, sałata zielona 8 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1524.66 kcal; Białko ogółem: 67.09 g; Tłuszcz: 58.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.68 g; Węglowodany ogółem: 188.09 g; suma cukrów prostych: 47.03 g; Błonnik pokarmowy: 12.52 g; Sól: 3.85 g; WW: 17.74 Por; Cholesterol: 379.96 mg;

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, miód 25 g, pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>),	.selerowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g, .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), szpinak gotowany - dieta 150 g (<u>GLU</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g,	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 100 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 8 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, sałata zielona 8 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1922.64 kcal; Białko ogółem: 89.15 g; Tłuszcz: 68.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.28 g; Węglowodany ogółem: 244.82 g; suma cukrów prostych: 50.28 g; Błonnik pokarmowy: 19.33 g; Sól: 6.53 g; WW: 22.82 Por; Cholesterol: 658.24 mg;

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	.selerowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g, .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), brokuł gotowany 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 g,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 100 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 8 g, jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sok pomidorowy 300 ml,	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2318.11 kcal; Białko ogółem: 111.66 g; Tłuszcz: 94.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.07 g; Węglowodany ogółem: 264.97 g; suma cukrów prostych: 35.75 g; Błonnik pokarmowy: 38.8 g; Sól: 9.7 g; WW: 22.8 Por; Cholesterol: 722.24 mg;

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	.selerowa z makaronem 200 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 100 g, .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), brokuł gotowany 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 g,	chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), szczypiorek 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), sok owocowy 200ml 200 g, mandarynka 100 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g, ogórek świeży 100 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1470.48 kcal; Białko ogółem: 71.18 g; Tłuszcz: 66.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.77 g; Węglowodany ogółem: 155.23 g; suma cukrów prostych: 41.53 g; Błonnik pokarmowy: 20.98 g; Sól: 3.81 g; WW: 13.5 Por; Cholesterol: 405.96 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-01			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.selerowa z makaronem 200 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 100 g , .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), szczypiorek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sok owocowy 200ml 200 g , mandarynka 100 g , twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , ogórek świeży 100 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1672.88 kcal; Białko ogółem: 84.83 g; Tłuszcz: 70.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.68 g; Węglowodany ogółem: 185.05 g; suma cukrów prostych: 49.11 g; Błonnik pokarmowy: 24.18 g; Sól: 4.57 g; WW: 16.14 Por; Cholesterol: 418.36 mg;

piątek 2024-03-01			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.selerowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), szczypiorek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sok owocowy 200ml 200 g , mandarynka 100 g , twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , ogórek świeży 100 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2166.38 kcal; Białko ogółem: 105.99 g; Tłuszcz: 81.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.44 g; Węglowodany ogółem: 266.99 g; suma cukrów prostych: 53.96 g; Błonnik pokarmowy: 35 g; Sól: 7.88 g; WW: 23.35 Por; Cholesterol: 697.13 mg;

piątek 2024-03-01			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.selerowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1953.97 kcal; Białko ogółem: 98.8 g; Tłuszcz: 70.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.74 g; Węglowodany ogółem: 237.84 g; suma cukrów prostych: 26.93 g; Błonnik pokarmowy: 33.11 g; Sól: 7.33 g; WW: 20.57 Por; Cholesterol: 141.58 mg;

piątek 2024-03-01			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.selerowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>),	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>),			
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml ,	Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2582.53 kcal; Białko ogółem: 151.85 g; Tłuszcz: 99.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.44 g; Węglowodany ogółem: 277.47 g; suma cukrów prostych: 36.56 g; Błonnik pokarmowy: 38.7 g; Sól: 9.72 g; WW: 24.04 Por; Cholesterol: 725.11 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-01			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u> ,), jabłko gotowane 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.selerowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ,), ziemniaki 200 g , .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>SEL</u> ,), szpinak gotowany - dieta 150 g (<u>GLU</u> ,), .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u> ,), wędlina 50 g , .marchew gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u> ,), sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u> ,), kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u> ,),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2003.7 kcal; Białko ogółem: 90.52 g; Tłuszcz: 48.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.58 g; Węglowodany ogółem: 300.66 g; suma cukrów prostych: 51.21 g; Błonnik pokarmowy: 34.41 g; Sól: 9.06 g; WW: 26.84 Por; Cholesterol: 52.58 mg;

piątek 2024-03-01			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.selerowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ,), ziemniaki 200 g , .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>SEL</u> ,), szpinak oprószony 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,), .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 30g 30 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), pomidor 100 g ,		Posiłek nocny: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), sok pomidorowy 300 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 4094.7 kcal; Białko ogółem: 60.19 g; Tłuszcz: 117.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.26 g; Węglowodany ogółem: 691.52 g; suma cukrów prostych: 17.74 g; Błonnik pokarmowy: 15.39 g; Sól: 5.3 g; WW: 67.75 Por; Cholesterol: 176.58 mg;

piątek 2024-03-01			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u> ,), Herbata czarna z/c 400 ml , miód 25 g ,	.selerowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ,), ziemniaki 200 g , .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>SEL</u> ,), szpinak gotowany - dieta 150 g (<u>GLU</u> ,), .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 50 g , .marchew gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u> ,), dżem 2 szt. 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2029.84 kcal; Białko ogółem: 82.41 g; Tłuszcz: 53.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 13.76 g; Węglowodany ogółem: 313.82 g; suma cukrów prostych: 54.71 g; Błonnik pokarmowy: 23.54 g; Sól: 8.7 g; WW: 29.19 Por; Cholesterol: 77.38 mg;

piątek 2024-03-01			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u> ,), Herbata czarna z/c 400 ml , miód 25 g , kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u> ,),	.selerowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ,), ziemniaki 200 g , .klopsy z ryby 80 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ,), szpinak gotowany - dieta 150 g (<u>GLU</u> ,), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,),	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 50 g , .marchew gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u> ,), dżem 2 szt. 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2091.35 kcal; Białko ogółem: 85.44 g; Tłuszcz: 58.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.17 g; Węglowodany ogółem: 304.07 g; suma cukrów prostych: 46.48 g; Błonnik pokarmowy: 20.1 g; Sól: 7.36 g; WW: 28.59 Por; Cholesterol: 79.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-01			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz-żył. 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 25 g , wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.selerowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .klopsy z ryby po grecku 160 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , szpinak gotowany - dieta 150 g (<u>GLU</u>),	chleb mieszany psz-żył. 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), szczypiorek 20 g , Herbata czarna z/c 400 ml , twaróg krajanka 100g 100g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g ,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2479.32 kcal; Białko ogółem: 142.44 g; Tłuszcz: 92.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.48 g; Węglowodany ogółem: 282.47 g; suma cukrów prostych: 33.4 g; Błonnik pokarmowy: 31.43 g; Sól: 7.4 g; WW: 25.49 Por; Cholesterol: 686.51 mg;

piątek 2024-03-01			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>),	płynna - obiad 600 ml ,	płynna - kolacja 350 ml (<u>MLE, SEL</u>),			
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE, SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2244.59 kcal; Białko ogółem: 127.21 g; Tłuszcz: 139.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.74 g; Węglowodany ogółem: 137.89 g; suma cukrów prostych: 3.87 g; Błonnik pokarmowy: 4.8 g; Sól: 1.59 g; WW: 13.46 Por; Cholesterol: 1040.36 mg;

piątek 2024-03-01			Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata- śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>),	papkowata - obiad 650 ml ,	papkowata - kolacja 350 ml (<u>MLE, SEL</u>),			
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>),		Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE, SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2296.85 kcal; Białko ogółem: 128.47 g; Tłuszcz: 139.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.75 g; Węglowodany ogółem: 149.99 g; suma cukrów prostych: 4.47 g; Błonnik pokarmowy: 5.79 g; Sól: 1.6 g; WW: 14.59 Por; Cholesterol: 1040.36 mg;

piątek 2024-03-01			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>),	.selerowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), szpinak gotowany - dieta 150 g (<u>GLU</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), .marchew gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u>), Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>),			
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2357.11 kcal; Białko ogółem: 94.94 g; Tłuszcz: 88.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.55 g; Węglowodany ogółem: 300.78 g; suma cukrów prostych: 35.01 g; Błonnik pokarmowy: 20.29 g; Sól: 8.22 g; WW: 28.18 Por; Cholesterol: 233.78 mg;

piątek 2024-03-01			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>),	.selerowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), szpinak gotowany - dieta 150 g (<u>GLU</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), .marchew gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u>),			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2298.21 kcal; Białko ogółem: 81.98 g; Tłuszcz: 78.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.67 g; Węglowodany ogółem: 325.24 g; suma cukrów prostych: 49.71 g; Błonnik pokarmowy: 27.31 g; Sól: 9.14 g; WW: 29.95 Por; Cholesterol: 144.38 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	.selerowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g, .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), .brokuł gotowany 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 g,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, salata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1809.87 kcal; Białko ogółem: 96.63 g; Tłuszcz: 61.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.18 g; Węglowodany ogółem: 222.53 g; suma cukrów prostych: 25.91 g; Błonnik pokarmowy: 30.71 g; Sól: 6.95 g; WW: 19.27 Por; Cholesterol: 116.48 mg;

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>),	.selerowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g, .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), .brokuł gotowany 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 g,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), szczypiorek 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml, jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2217.26 kcal; Białko ogółem: 110.48 g; Tłuszcz: 85.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.51 g; Węglowodany ogółem: 259.12 g; suma cukrów prostych: 28.43 g; Błonnik pokarmowy: 36.64 g; Sól: 8.37 g; WW: 22.45 Por; Cholesterol: 697.53 mg;

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), wędlina 50 g, włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml, miód 25 g, margaryna 15 g,	.selerowa z makaronem b/glu b/ml 400 g (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g, .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), szpinak gotowany - dieta 150 g (<u>GLU</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), wędlina 50 g, .marchew gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, margaryna 15 g,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 5g 5 g, dżem 2 szt. 50 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2102.72 kcal; Białko ogółem: 81.32 g; Tłuszcz: 62.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.8 g; Węglowodany ogółem: 314.22 g; suma cukrów prostych: 54.58 g; Błonnik pokarmowy: 23.35 g; Sól: 8.7 g; WW: 29.28 Por; Cholesterol: 27.78 mg;

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz-żyt. 70 g (<u>GLU</u>), miód 25 g, wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, margaryna 15 g,	.selerowa z makaronem b/glu b/ml 400 g (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g, .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), .brokuł gotowany 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 g,	chleb mieszany psz-żyt. 70 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), szczypiorek 20 g, Herbata czarna z/c 400 ml, margaryna 15 g,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), dżem 2 szt. 50 g, margaryna 5g 5 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1982.21 kcal; Białko ogółem: 80.21 g; Tłuszcz: 69.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.77 g; Węglowodany ogółem: 275.76 g; suma cukrów prostych: 52.46 g; Błonnik pokarmowy: 31.37 g; Sól: 7.05 g; WW: 24.68 Por; Cholesterol: 584.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz-żył. 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g , wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.selerowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .klopsy z ryby po grecku b/jaj 80 g (<u>GLU</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb mieszany psz-żył. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , szczypiorek 20 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), dżem 2 szt. 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2005.29 kcal; Białko ogółem: 75.64 g; Tłuszcz: 53.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.49 g; Węglowodany ogółem: 320.98 g; suma cukrów prostych: 55.57 g; Błonnik pokarmowy: 35.56 g; Sól: 7.13 g; WW: 28.71 Por; Cholesterol: 75.9 mg;

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Atopowa		
wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 Por , ogórek świeży 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g (<u>MLE</u>), woda n/gaz 0,5L 1 szt ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka 300 ml ,		Posiłek nocny: płatki owsiane na wodzie 200 ml (<u>GLU</u>), Mus z jabłek b/c 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1734.08 kcal; Białko ogółem: 71.31 g; Tłuszcz: 52.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.03 g; Węglowodany ogółem: 251.99 g; suma cukrów prostych: 90.11 g; Błonnik pokarmowy: 45.28 g; Sól: 2.54 g; WW: 21.01 Por; Cholesterol: 187.83 mg;

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 25 g , wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,	.selerowa z makaronem b/glu b/ml 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .klopsy z ryby po grecku b/glut 80 g (<u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), szczypiorek 20 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,
		Posiłek nocny: masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , chleb bezglutenowy 30g 30 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2026.6 kcal; Białko ogółem: 90.04 g; Tłuszcz: 90.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.26 g; Węglowodany ogółem: 222.42 g; suma cukrów prostych: 28.92 g; Błonnik pokarmowy: 11.76 g; Sól: 4.22 g; WW: 21.25 Por; Cholesterol: 657.73 mg;

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
miód 25 g , wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g ,	.selerowa z makaronem b/glu b/ml 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .klopsy z ryby po grecku b/glut, b/ml 80 g (<u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), szczypiorek 20 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g ,
		Posiłek nocny: wędlina 30g 30 g , chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , salata zielona 8g 8 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2053.58 kcal; Białko ogółem: 89.97 g; Tłuszcz: 93.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.85 g; Węglowodany ogółem: 222.61 g; suma cukrów prostych: 28.79 g; Błonnik pokarmowy: 11.83 g; Sól: 4.22 g; WW: 21.28 Por; Cholesterol: 583.33 mg;

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.selerowa z makaronem b/glu b/ml 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .klopsy z ryby po grecku b/glut 80 g (<u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), szczypiorek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , chleb bezglutenowy 30g 30 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2117.66 kcal; Białko ogółem: 97.88 g; Tłuszcz: 104.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.73 g; Węglowodany ogółem: 197.29 g; suma cukrów prostych: 11.68 g; Błonnik pokarmowy: 11.76 g; Sól: 4.21 g; WW: 18.7 Por; Cholesterol: 682.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 100g (<u>GLU</u>), margaryna 15g, wędlina 50g, pomidor 100g, Herbata czarna b/c 400ml,	.selerowa z makaronem b/glu b/ml 400g (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200g, klopsy z ryby po grecku 80g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), brokuł gotowany 150g, kompot z porzeczek czarnych 250g,	chleb razowy 100g (<u>GLU</u>), margaryna 15g, jajko gotowane 2 szt. 100g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 8g, Herbata czarna b/c 400ml,
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30g (<u>GLU</u>), margaryna 5g 5g, sok pomidorowy 300ml,		Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30g (<u>GLU</u>), margaryna 5g 5g, wędlina 30g 30g, ogórek świeży 100g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1901.19 kcal; Białko ogółem: 90.21g; Tłuszcz: 73.36g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.83g; Węglowodany ogółem: 238.37g; suma cukrów prostych: 28.18g; Błonnik pokarmowy: 36.22g; Sól: 9.08g; WW: 20.43 Por; Cholesterol: 585.93mg;

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120g 120g, margaryna 15g, wędlina 50g, pomidor 100g, Herbata czarna b/c 400ml,	.selerowa z makaronem b/glu b/ml 400g (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200g, klopsy z ryby po grecku b/glut 80g (<u>JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), brokuł gotowany 150g, kompot z porzeczek czarnych 250g,	margaryna 15g, jajko gotowane 2 szt. 100g (<u>JAJ</u>), szczypiorek 20g, Herbata czarna b/c 400ml, chleb bezglutenowy 120g 120g,
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30g, margaryna 5g 5g, sok pomidorowy 300ml,		Posiłek nocny: margaryna 5g 5g, wędlina 30g 30g, chleb bezglutenowy 30g 30g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2079.36 kcal; Białko ogółem: 94.68g; Tłuszcz: 101.79g; Kw.tł.nas.ogółem: 6g; Węglowodany ogółem: 208.71g; suma cukrów prostych: 19.24g; Błonnik pokarmowy: 15.06g; Sól: 5.66g; WW: 19.52 Por; Cholesterol: 583.33mg;

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120g 120g, masło 82% tł. 20g 20g (<u>MLE</u>), dżem 2 szt. 50g, pomidor 100g, Herbata czarna z/c 400ml,	.szpinakowa z ryżem 400ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200g, ryba po grecku 180g (<u>GLU, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), jabłko pieczone 150g, kompot z porzeczek czarnych 250g,	chleb PKU 120g 120g, masło 82% tł. 20g 20g (<u>MLE</u>), wędlina 50g, sałata zielona 8g 8g, miód 2 szt. 50g, Herbata czarna b/c 400ml,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2129.7 kcal; Białko ogółem: 47.83g; Tłuszcz: 73.62g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.32g; Węglowodany ogółem: 319.18g; suma cukrów prostych: 68.59g; Błonnik pokarmowy: 24.17g; Sól: 3.93g; WW: 29.7 Por; Cholesterol: 111.2mg;

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 50g 50g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100g (<u>SEL</u>), marchewka gotowana 100g, Herbata czarna b/c 250ml,	dyniowa z ziemniakami b/mleka - dieta 300ml (<u>GLU, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90g (<u>GLU, JAJ</u>), sos koperkowy b/mleczny 100ml (<u>GLU, MLE</u>), cukinia gotowana 150g, Herbata czarna b/c 250ml,	chleb pszenny krojony 50g 50g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100g (<u>JAJ</u>), jabłko pieczone 150g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem 400g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: kakao 30g (<u>GLU</u>), marchwianka 200ml, chrupki kukurydziane 80g (<u>OZI, ORZ</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1841.11 kcal; Białko ogółem: 80.98g; Tłuszcz: 64.8g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.83g; Węglowodany ogółem: 243.06g; suma cukrów prostych: 48.21g; Błonnik pokarmowy: 38.81g; Sól: 3.68g; WW: 20.65 Por; Cholesterol: 764.94mg;

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
chleb pszenny krojony 50g 50g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10g (<u>MLE</u>), wędlina 50g, sałata zielona 8g 8g, pomidor 100g, Herbata czarna b/c 250ml,	dyniowa z ziemniakami - dieta 300ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), Ryż biały na sypko 100g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90g (<u>GLU, JAJ</u>), sos pietruszkowy 100ml (<u>GLU, MLE</u>), cukinia gotowana 150g, Herbata czarna b/c 250ml,	makaron z białym serem 400g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), Mus z jabłek b/c 150g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: kasza manna na mleku 300g (<u>GLU, MLE</u>), Mus z truskawek 200g,		Posiłek nocny: kakao 30g (<u>GLU</u>), chrupki kukurydziane 80g (<u>OZI, ORZ</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1948.23 kcal; Białko ogółem: 79.3g; Tłuszcz: 41.78g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.93g; Węglowodany ogółem: 321.31g; suma cukrów prostych: 66.47g; Błonnik pokarmowy: 36.93g; Sól: 1.96g; WW: 28.68 Por; Cholesterol: 153.14mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), kleik ryżowy na wodzie 250 ml ,	ziemniaczana 400 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: marchwianka 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1368.44 kcal; Białko ogółem: 39.32 g; Tłuszcz: 20.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.1 g; Węglowodany ogółem: 259.66 g; suma cukrów prostych: 9.69 g; Błonnik pokarmowy: 17.63 g; Sól: .78 g; WW: 24.26 Por; Cholesterol: 0 mg;

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
zacierka na mleku 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), omelet na słoniu 150 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), pomidor b/skóry 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ryba duszona 120 g (<u>RYB</u>), pieczone ziemniaki 200 g , warzywa po grecku 150 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml ,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), ser żółty plastry - 100g 1 szt (<u>MLE</u>), Mus z jabłek z/c 150 g , miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: rogal maślany 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), margaryna 15 g , dżem owocowy szt. 25 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3340.13 kcal; Białko ogółem: 127.94 g; Tłuszcz: 154.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 51.94 g; Węglowodany ogółem: 367.21 g; suma cukrów prostych: 91.87 g; Błonnik pokarmowy: 36.41 g; Sól: 7.94 g; WW: 33.38 Por; Cholesterol: 1323.91 mg;

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
zacierka na mleku 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), omelet na słoniu 150 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), pomidor b/skóry 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ryba duszona 120 g (<u>RYB</u>), pieczone ziemniaki 200 g , warzywa po grecku 150 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml ,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), ser żółty plastry - 100g 1 szt (<u>MLE</u>), Mus z jabłek b/c 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: chleb graham 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , brokuł gotowany 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3026.75 kcal; Białko ogółem: 125.85 g; Tłuszcz: 164.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 51.26 g; Węglowodany ogółem: 269.68 g; suma cukrów prostych: 67.42 g; Błonnik pokarmowy: 39.78 g; Sól: 7.28 g; WW: 23.19 Por; Cholesterol: 1315.91 mg;

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu		
chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g ,	chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g ,	chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 761.4 kcal; Białko ogółem: 45.96 g; Tłuszcz: 28.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.86 g; Węglowodany ogółem: 83.16 g; suma cukrów prostych: .93 g; Błonnik pokarmowy: 4.05 g; Sól: 1.71 g; WW: 7.98 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1103.1 kcal; Białko ogółem: 30.93 g; Tłuszcz: 11.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.43 g; Węglowodany ogółem: 218.9 g; suma cukrów prostych: .29 g; Błonnik pokarmowy: 8.91 g; Sól: .27 g; WW: 21.02 Por; Cholesterol: 0 mg;

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1369.65 kcal; Białko ogółem: 38.25 g; Tłuszcz: 12.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.55 g; Węglowodany ogółem: 274.64 g; suma cukrów prostych: .35 g; Błonnik pokarmowy: 10.59 g; Sól: .57 g; WW: 26.39 Por; Cholesterol: 0 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Ściśła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1310.33 kcal; Białko ogółem: 42.24 g; Tłuszcz: 19.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.27 g; Węglowodany ogółem: 242.19 g; suma cukrów prostych: 5.25 g; Błonnik pokarmowy: 12.57 g; Sól: 1.09 g; WW: 23.02 Por; Cholesterol: 69.05 mg;

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem 200 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	zupa jarzynowa z mięsem 200 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	Kisiel z jagód b/c 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym 300 ml (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 971.2 kcal; Białko ogółem: 60.68 g; Tłuszcz: 39.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 114.69 g; suma cukrów prostych: 50.66 g; Błonnik pokarmowy: 5.68 g; Sól: 2.18 g; WW: 10.88 Por; Cholesterol: 155.71 mg;

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem 400 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,	grysikowa z ziemniakami - dieta 300 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany -dieta 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos koperkowy b/ml 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), marchewka gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g , wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u>), kakao 30 g (<u>GLU</u>),		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2022.21 kcal; Białko ogółem: 73.7 g; Tłuszcz: 51.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.28 g; Węglowodany ogółem: 234.81 g; suma cukrów prostych: 44.17 g; Błonnik pokarmowy: 34.52 g; Sól: 2.91 g; WW: 20.16 Por; Cholesterol: 209.39 mg;

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	ziemniaki gotowane 200 g , woda n/gaz 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 Por (<u>GLU</u>), brokuł gotowany 100 g ,	wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1791.4 kcal; Białko ogółem: 58.6 g; Tłuszcz: 70.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.44 g; Węglowodany ogółem: 237.02 g; suma cukrów prostych: 19.29 g; Błonnik pokarmowy: 14.63 g; Sól: 1.44 g; WW: 22.5 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twarożek 100 g (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g (<u>MLE</u>), woda n/gaz 0,5L 1 szt ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1595.1 kcal; Białko ogółem: 74.98 g; Tłuszcz: 45.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.23 g; Węglowodany ogółem: 252.5 g; suma cukrów prostych: 98.24 g; Błonnik pokarmowy: 50.06 g; Sól: 3.56 g; WW: 20.68 Por; Cholesterol: 211.43 mg;

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	.selerowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .klopsy z ryby po grecku 160 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1019 kcal; Białko ogółem: 51.2 g; Tłuszcz: 45.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.64 g; Węglowodany ogółem: 103.81 g; suma cukrów prostych: 9.85 g; Błonnik pokarmowy: 11.56 g; Sól: 3.88 g; WW: 9.21 Por; Cholesterol: 55.56 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-01		Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka 300 ml ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1595.1 kcal; Białko ogółem: 74.98 g; Tłuszcz: 45.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.23 g; Węglowodany ogółem: 252.5 g; suma cukrów prostych: 98.24 g; Błonnik pokarmowy: 50.06 g; Sól: 3.56 g; WW: 20.68 Por; Cholesterol: 211.43 mg;

piątek 2024-03-01		Jadłospis dla diety: Niemowlęca papkowata (0-1 lat)
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g ,Herbata czarna z/c 200 ml , chleb pszenny krojony 30 Por (<u>GLU</u>),	.selerowa z makaronem 200 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 100 g , .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), szpinak gotowany -dieta 150 g (<u>GLU</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z wędliny drob. 50 g , sałata zielona 8 g , Herbata czarna z/c 200 ml ,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: banan 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1125.4 kcal; Białko ogółem: 47.45 g; Tłuszcz: 37.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.45 g; Węglowodany ogółem: 155.4 g; suma cukrów prostych: 77.39 g; Błonnik pokarmowy: 18.88 g; Sól: 3.45 g; WW: 13.78 Por; Cholesterol: 55.86 mg;

piątek 2024-03-01		Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 50 g , wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.selerowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 100 g (<u>JAJ</u>), szczypiorek 20 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml , kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2150.13 kcal; Białko ogółem: 96.36 g; Tłuszcz: 71.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.22 g; Węglowodany ogółem: 289.18 g; suma cukrów prostych: 46.12 g; Błonnik pokarmowy: 35.68 g; Sól: 8.96 g; WW: 25.6 Por; Cholesterol: 660.24 mg;

piątek 2024-03-01		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , miód 25 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>),	.selerowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), szpinak gotowany -dieta 150 g (<u>GLU</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 100 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , sałata zielona 8 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2155.74 kcal; Białko ogółem: 99.7 g; Tłuszcz: 70.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.6 g; Węglowodany ogółem: 289.93 g; suma cukrów prostych: 28.33 g; Błonnik pokarmowy: 19.52 g; Sól: 7.81 g; WW: 27.41 Por; Cholesterol: 657.74 mg;

piątek 2024-03-01		Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej
chleb mieszany psz-żył. 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 50 g , wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>),	.selerowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .klopsy z ryby po grecku 160 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb mieszany psz-żył. 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 150 g (<u>JAJ</u>), szczypiorek 20 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2525.96 kcal; Białko ogółem: 124.37 g; Tłuszcz: 90.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.5 g; Węglowodany ogółem: 320.16 g; suma cukrów prostych: 38.27 g; Błonnik pokarmowy: 35.85 g; Sól: 8.11 g; WW: 28.77 Por; Cholesterol: 964.8 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
chleb razowy 100 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.selerowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR.</u>), ziemniaki 200 g , .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL.</u>), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 100 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), jajko gotowane 100 g (<u>JAJ.</u>), szczypiorek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml , jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE.</u>),
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE.</u>), ogórek świeży 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1980.75 kcal; Białko ogółem: 105.52 g; Tłuszcz: 76.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.82 g; Węglowodany ogółem: 223.48 g; suma cukrów prostych: 26.13 g; Błonnik pokarmowy: 31.04 g; Sól: 7.49 g; WW: 19.43 Por; Cholesterol: 672.04 mg;

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
chleb mieszany psz-żył. 70 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), miód 50 g , wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb razowy 50 g (<u>GLU.</u>),	.selerowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR.</u>), ziemniaki 250 g , .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL.</u>), .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL.</u>), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb mieszany psz-żył. 70 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), jajko gotowane 100 g (<u>JAJ.</u>), szczypiorek 20 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), wędlina 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2329.53 kcal; Białko ogółem: 111.87 g; Tłuszcz: 81.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.04 g; Węglowodany ogółem: 300.57 g; suma cukrów prostych: 36.97 g; Błonnik pokarmowy: 32.36 g; Sól: 7.21 g; WW: 27.12 Por; Cholesterol: 686.52 mg;

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb razowy 50 g (<u>GLU.</u>), chleb mieszany psz-żył. 70 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), miód 25 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , serek do smarowania 80 g (<u>MLE.</u>),	.selerowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR.</u>), ziemniaki 200 g , .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL.</u>), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb mieszany psz-żył. 70 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), jajko gotowane 100 g (<u>JAJ.</u>), szczypiorek 20 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2079.83 kcal; Białko ogółem: 98.44 g; Tłuszcz: 81.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.32 g; Węglowodany ogółem: 250.54 g; suma cukrów prostych: 35.19 g; Błonnik pokarmowy: 29.56 g; Sól: 7.58 g; WW: 22.37 Por; Cholesterol: 748.94 mg;

piątek 2024-03-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), pomidor 100 g , serek do smarowania 80 g (<u>MLE.</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 120 g (<u>GLU.</u>),	.selerowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR.</u>), ziemniaki 200 g , .klopsy z ryby po grecku 80 g (<u>GLU, JAJ, RYB, SEL, może zawierać: SEL.</u>), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 120 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), jajko gotowane 100 g (<u>JAJ.</u>), szczypiorek 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), kefir 1szt. 150 g (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2245.99 kcal; Białko ogółem: 109.48 g; Tłuszcz: 93.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.89 g; Węglowodany ogółem: 249.89 g; suma cukrów prostych: 23.03 g; Błonnik pokarmowy: 36.38 g; Sól: 8.92 g; WW: 21.56 Por; Cholesterol: 775.94 mg;