

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: USK 1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-03-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb razowy 50g 50 g (GLU), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g (MLE), Herbata czarna z/c 400 ml ,	.krupnik ze śmietaną 400 g (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR), ziemniaki 200 g , .schab pieczony 80 g , sos koperkowy 100 ml (GLU, MLE), .fasolka szparagowa z wody 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), wędlina 50 g , dżem 2 szt. 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), ser żółty 50 g (MLE), sałata zielona 8g 8 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2151.2 kcal; Białko ogółem: 104.32 g; Tłuszcz: 72.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.27 g; Węglowodany ogółem: 290.39 g; suma cukrów prostych: 60.78 g; Błonnik pokarmowy: 36.58 g; Sól: 8.58 g; WW: 25.62 Por; Cholesterol: 175.85 mg;

sobota 2024-03-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)		
chleb pszenny krojony 30g 30 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), wędlina 30g 30 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 200 ml ,	.krupnik ze śmietaną 200 g (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR), ziemniaki 100 g , .schab pieczony 80 g , sos koperkowy 100 ml (GLU, MLE), .fasolka szparagowa z wody 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb pszenny krojony 30g 30 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 200 ml ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), ser żółty 50 g (MLE), sałata zielona 8g 8 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1320.4 kcal; Białko ogółem: 72.63 g; Tłuszcz: 62.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.8 g; Węglowodany ogółem: 123.53 g; suma cukrów prostych: 37.14 g; Błonnik pokarmowy: 22.96 g; Sól: 4.29 g; WW: 10.29 Por; Cholesterol: 162.85 mg;

sobota 2024-03-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 10 g (MLE), wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g (MLE), Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 50g 50 g (GLU),	.krupnik ze śmietaną 200 g (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR), ziemniaki 100 g , .schab pieczony 80 g , sos koperkowy 100 ml (GLU, MLE), .fasolka szparagowa z wody 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb pszenny krojony 30g 30 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), wędlina 50 g , dżem 2 szt. 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), ser żółty 50 g (MLE), sałata zielona 8g 8 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1610.42 kcal; Białko ogółem: 89.81 g; Tłuszcz: 66.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.66 g; Węglowodany ogółem: 170.98 g; suma cukrów prostych: 70.02 g; Błonnik pokarmowy: 23.9 g; Sól: 4.77 g; WW: 14.87 Por; Cholesterol: 174.85 mg;

sobota 2024-03-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)		
chleb razowy 50g 50 g (GLU), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g (MLE), Herbata czarna z/c 400 ml ,	.krupnik ze śmietaną 400 g (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR), ziemniaki 200 g , .schab pieczony 80 g , sos koperkowy 100 ml (GLU, MLE), .fasolka szparagowa z wody 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), wędlina 50 g , dżem 2 szt. 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), ser żółty 50 g (MLE), sałata zielona 8g 8 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2201.96 kcal; Białko ogółem: 104.73 g; Tłuszcz: 72.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.48 g; Węglowodany ogółem: 300.54 g; suma cukrów prostych: 77.02 g; Błonnik pokarmowy: 47.04 g; Sól: 8.61 g; WW: 25.62 Por; Cholesterol: 175.85 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 100g 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>),	.krupnik ze śmietaną 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .schab pieczony 80 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), fasolka szparagowa z wody 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , dżem 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2419.41 kcal; Białko ogółem: 121.39 g; Tłuszcz: 81.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.81 g; Węglowodany ogółem: 318.4 g; suma cukrów prostych: 57.24 g; Błonnik pokarmowy: 39.97 g; Sól: 9.44 g; WW: 28.04 Por; Cholesterol: 176.35 mg;

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>),	.krupnik ze śmietaną 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .schab pieczony 80 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), fasolka szparagowa z wody 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , dżem 2 szt. 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jabłko 150 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2319.86 kcal; Białko ogółem: 114.59 g; Tłuszcz: 73.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.84 g; Węglowodany ogółem: 319.23 g; suma cukrów prostych: 72.32 g; Błonnik pokarmowy: 51.04 g; Sól: 9.01 g; WW: 27.15 Por; Cholesterol: 164.35 mg;

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>),	.krupnik ze śmietaną 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .schab pieczony 80 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), fasolka szparagowa z wody 150 g , .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 , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2023.18 kcal; Białko ogółem: 91.28 g; Tłuszcz: 57.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.05 g; Węglowodany ogółem: 295.33 g; suma cukrów prostych: 36.91 g; Błonnik pokarmowy: 18.62 g; Sól: 7.19 g; WW: 28.02 Por; Cholesterol: 139.35 mg;

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 200 ml ,	.krupnik ze śmietaną 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 100 g , .schab pieczony 80 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), fasolka szparagowa z wody 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 200 ml ,			
II Śniadanie: jabłko 150 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 25 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1220.78 kcal; Białko ogółem: 57.77 g; Tłuszcz: 50.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.88 g; Węglowodany ogółem: 139.34 g; suma cukrów prostych: 35.1 g; Błonnik pokarmowy: 21.51 g; Sól: 3.17 g; WW: 12.05 Por; Cholesterol: 127.35 mg;

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>),	.krupnik ze śmietaną 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 100 g , .schab pieczony 80 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), fasolka szparagowa z wody 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jabłko 150 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1568.4 kcal; Białko ogółem: 76.52 g; Tłuszcz: 54.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.79 g; Węglowodany ogółem: 199.37 g; suma cukrów prostych: 50.9 g; Błonnik pokarmowy: 22.59 g; Sól: 3.89 g; WW: 17.97 Por; Cholesterol: 139.35 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	.krupnik ze śmietaną 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .schab pieczony 80 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .fasolka szparagowa z wody 150 g , .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 , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jabłko 150 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2073.94 kcal; Białko ogółem: 91.69 g; Tłuszcz: 58.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.26 g; Węglowodany ogółem: 305.48 g; suma cukrów prostych: 53.15 g; Błonnik pokarmowy: 29.08 g; Sól: 7.22 g; WW: 28.02 Por; Cholesterol: 139.35 mg;

sobota 2024-03-02			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 , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	.krupnik ze śmietaną 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .schab pieczony 80 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .fasolka szparagowa z wody 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 , pomidor 100 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 100g 100 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml , chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 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>), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2218.76 kcal; Białko ogółem: 123.17 g; Tłuszcz: 84.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.27 g; Węglowodany ogółem: 261.43 g; suma cukrów prostych: 37.46 g; Błonnik pokarmowy: 39.28 g; Sól: 9.25 g; WW: 22.49 Por; Cholesterol: 191.85 mg;

sobota 2024-03-02			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 30g 30 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.krupnik ze śmietaną 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 100 g , .schab pieczony 80 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .fasolka szparagowa z wody 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 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>), gruszka 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		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>), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1497.17 kcal; Białko ogółem: 82.05 g; Tłuszcz: 65.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.37 g; Węglowodany ogółem: 156.23 g; suma cukrów prostych: 46.09 g; Błonnik pokarmowy: 21.89 g; Sól: 3.66 g; WW: 13.59 Por; Cholesterol: 153.35 mg;

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	.krupnik ze śmietaną 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 100 g , .schab pieczony 80 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .fasolka szparagowa z wody 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 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>), gruszka 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		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>), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1666.87 kcal; Białko ogółem: 95.05 g; Tłuszcz: 68.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.22 g; Węglowodany ogółem: 177.64 g; suma cukrów prostych: 51.68 g; Błonnik pokarmowy: 20.84 g; Sól: 4.09 g; WW: 15.82 Por; Cholesterol: 165.05 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-02			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, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	.kрупnik ze śmietaną 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g, schab pieczony 80 g, sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), fasolka szparagowa z wody 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, pomidor 100 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 100g 100 g (<u>MLE</u>), gruszka 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		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>), sałata zielona 8g 8 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2160.91 kcal; Białko ogółem: 119.52 g; Tłuszcz: 75.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.63 g; Węglowodany ogółem: 269 g; suma cukrów prostych: 58.42 g; Błonnik pokarmowy: 35.8 g; Sól: 7.43 g; WW: 23.52 Por; Cholesterol: 166.75 mg;

sobota 2024-03-02			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, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	.kрупnik ze śmietaną 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g, schab pieczony 80 g, sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), fasolka szparagowa z wody 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, pomidor 100 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 100g 100 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>), sałata zielona 8g 8 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2020.66 kcal; Białko ogółem: 118.6 g; Tłuszcz: 74.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 234.72 g; suma cukrów prostych: 28.64 g; Błonnik pokarmowy: 33.58 g; Sól: 7.42 g; WW: 20.39 Por; Cholesterol: 166.75 mg;

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 100g 100 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	.kрупnik ze śmietaną 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g, schab pieczony 80 g, sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), fasolka szparagowa z wody 150 g, kompot z porzeczek czarnych 250 g,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 100g 100 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>),			
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml, chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 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>), sałata zielona 8g 8 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2516.78 kcal; Białko ogółem: 154.82 g; Tłuszcz: 102.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.14 g; Węglowodany ogółem: 262.89 g; suma cukrów prostych: 37.46 g; Błonnik pokarmowy: 39.28 g; Sól: 9.52 g; WW: 22.68 Por; Cholesterol: 469.63 mg;

sobota 2024-03-02			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, szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), herbata b/c 300 g, jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	.kрупnik ze śmietaną 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 250 g, filet drobiowy gotowany 200 g, sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), marchew gotowana 150 g, 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, włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), herbata b/c 300 g,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1965.74 kcal; Białko ogółem: 123.48 g; Tłuszcz: 51.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.52 g; Węglowodany ogółem: 262.57 g; suma cukrów prostych: 25.9 g; Błonnik pokarmowy: 22.98 g; Sól: 9.08 g; WW: 24.16 Por; Cholesterol: 180.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.krupnik ze śmietaną 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2977.44 kcal; Białko ogółem: 49.98 g; Tłuszcz: 81.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.52 g; Węglowodany ogółem: 510.16 g; suma cukrów prostych: 35.98 g; Błonnik pokarmowy: 13.22 g; Sól: 5.44 g; WW: 49.89 Por; Cholesterol: 184.55 mg;

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenno-krojący 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , miód 25 g ,	.krupnik ze śmietaną 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb pszenno-krojący 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 ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenno-krojący 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1987.71 kcal; Białko ogółem: 94.77 g; Tłuszcz: 57.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.54 g; Węglowodany ogółem: 281.36 g; suma cukrów prostych: 35.15 g; Błonnik pokarmowy: 19.16 g; Sól: 7.53 g; WW: 26.46 Por; Cholesterol: 146.95 mg;

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
chleb pszenno-krojący 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , miód 25 g ,	.krupnik ze śmietaną 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb pszenno-krojący 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 ,			
		Posiłek nocny: chleb pszenno-krojący 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1897.71 kcal; Białko ogółem: 88.32 g; Tłuszcz: 54.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.75 g; Węglowodany ogółem: 272.06 g; suma cukrów prostych: 28.85 g; Błonnik pokarmowy: 19.16 g; Sól: 7.29 g; WW: 25.56 Por; Cholesterol: 134.95 mg;

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10g 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 100g 100 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	.krupnik ze śmietaną 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 250 g , .schab pieczony 160 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .fasolka szparagowa z wody 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb mieszany psz.-żyty 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 100g 100 g , dżem 2 szt. 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2782.4 kcal; Białko ogółem: 176.33 g; Tłuszcz: 95.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.12 g; Węglowodany ogółem: 326.84 g; suma cukrów prostych: 62.75 g; Błonnik pokarmowy: 41.1 g; Sól: 9.4 g; WW: 28.87 Por; Cholesterol: 251.55 mg;

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	płynna - obiad 600 ml ,	płynna - kolacja 350 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),			
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE</u> , <u>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;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-02			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;

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , pasta z wędliny drob. 100 g , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>),		.krupnik ze śmietaną 400 g (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU, JAJ</u>),		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 , Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u>), Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>),	
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2401.05 kcal; Białko ogółem: 94.58 g; Tłuszcz: 88.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.79 g; Węglowodany ogółem: 316.69 g; suma cukrów prostych: 36.34 g; Błonnik pokarmowy: 24.42 g; Sól: 8.24 g; WW: 29.47 Por; Cholesterol: 240.88 mg;

sobota 2024-03-02			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>), szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), pasta z wędliny drob. 100 g ,		.krupnik ze śmietaną 400 g (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU, JAJ</u>),		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 mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u>),	
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2491.05 kcal; Białko ogółem: 101.03 g; Tłuszcz: 91.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.58 g; Węglowodany ogółem: 325.99 g; suma cukrów prostych: 42.64 g; Błonnik pokarmowy: 24.42 g; Sól: 8.48 g; WW: 30.37 Por; Cholesterol: 252.88 mg;

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		.krupnik ze śmietaną 400 g (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .schab pieczony 80 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), .fasolka szparagowa z wody 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,		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 ,	
II Śniadanie: jabłko 150 g ,			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>), sałata zielona 8g 8 g ,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1679.82 kcal; Białko ogółem: 95.04 g; Tłuszcz: 61.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.06 g; Węglowodany ogółem: 200.46 g; suma cukrów prostych: 42.26 g; Błonnik pokarmowy: 37.64 g; Sól: 6.44 g; WW: 16.54 Por; Cholesterol: 141.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	.krupnik ze śmietaną 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 250 g, .schab pieczony 80 g, sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .fasolka szparagowa z wody 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, pomidor 100 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 100g 100 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>), salata zielona 8g 8 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2047.76 kcal; Białko ogółem: 119.26 g; Tłuszcz: 75.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.57 g; Węglowodany ogółem: 240.99 g; suma cukrów prostych: 28.95 g; Błonnik pokarmowy: 34.1 g; Sól: 7.42 g; WW: 20.98 Por; Cholesterol: 166.75 mg;

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), wędlina 30g 30 g, szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna z/c 400 ml, miód 25 g, margaryna 15 g,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml (<u>SEL</u>), .ziemniaki 200 g, .filet drobiowy gotowany 100 g, sos koperkowy b/ml 100 ml (<u>GLU</u>), .marchew gotowana 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 g,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), wędlina 50 g, włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml, margaryna 15 g,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, dżem 2 szt. 50 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1936.5 kcal; Białko ogółem: 76.58 g; Tłuszcz: 60.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.34 g; Węglowodany ogółem: 279.03 g; suma cukrów prostych: 44.67 g; Błonnik pokarmowy: 16.92 g; Sól: 3.92 g; WW: 26.39 Por; Cholesterol: 70.41 mg;

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), wędlina 50 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, margaryna 15 g, miód 25 g,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml (<u>SEL</u>), .ziemniaki 200 g, .schab pieczony 80 g, sos koperkowy b/ml 100 ml (<u>GLU</u>), .fasolka szparagowa z wody 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 g,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, margaryna 15 g,			
		Posiłek nocny: dżem 2 szt. 50 g, chleb razowy 50g 50g (<u>GLU</u>), salata zielona 8g 8 g, margaryna 15 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2129.4 kcal; Białko ogółem: 84.87 g; Tłuszcz: 77.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.77 g; Węglowodany ogółem: 292.33 g; suma cukrów prostych: 53.08 g; Błonnik pokarmowy: 33.94 g; Sól: 3.87 g; WW: 26.13 Por; Cholesterol: 63.81 mg;

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Atopowa		
wafle ryżowe 40 g, margaryna 30 g, filet z indyka gotowany 100 g, marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 250 ml,	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g, kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g (<u>GLU</u>), woda n/gaz 0,5L 1 szt, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g, kasza jaglana na wodzie 200 ml,	wafle ryżowe 40 g, margaryna 30 g, Pulpet z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 Por, brokuł gotowany 100 g, Herbata czarna z/c 250 ml,			
II Śniadanie: gruszka 300 g,		Posiłek nocny: kasza jaglana na wodzie 200 ml, Mus z jabłek b/c 150 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2213.14 kcal; Białko ogółem: 69.24 g; Tłuszcz: 90.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.51 g; Węglowodany ogółem: 290.89 g; suma cukrów prostych: 63.31 g; Błonnik pokarmowy: 41.44 g; Sól: 1.65 g; WW: 25 Por; Cholesterol: 148.47 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), .ziemniaki 200 g , .schab pieczony 80 g , sos koperkowy b/glut b/ml 100 ml , .fasolka szparagowa z wody 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , dżem 2 szt. 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,			
		Posiłek nocny: masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , chleb bezglutenowy 30g 30 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2090.48 kcal; Białko ogółem: 106.13 g; Tłuszcz: 85.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.45 g; Węglowodany ogółem: 231.94 g; suma cukrów prostych: 52.24 g; Błonnik pokarmowy: 10.66 g; Sól: .8 g; WW: 22.23 Por; Cholesterol: 153.35 mg;

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), .ziemniaki 200 g , .schab pieczony 80 g , sos koperkowy b/glut b/ml 100 ml , .fasolka szparagowa z wody 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g ,			
		Posiłek nocny: dżem 2szt. 50 g , sałata zielona 8g 8 g , chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 15 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2055.88 kcal; Białko ogółem: 97.75 g; Tłuszcz: 91.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.25 g; Węglowodany ogółem: 220.67 g; suma cukrów prostych: 45.76 g; Błonnik pokarmowy: 10.66 g; Sól: .56 g; WW: 21.13 Por; Cholesterol: 66.95 mg;

sobota 2024-03-02			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 , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), .ziemniaki 200 g , .schab pieczony 80 g , sos koperkowy b/glut b/ml 100 ml , .fasolka szparagowa z wody 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , dżem 2 szt. 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , chleb bezglutenowy 30g 30 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2248.38 kcal; Białko ogółem: 108.6 g; Tłuszcz: 97.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.92 g; Węglowodany ogółem: 243.41 g; suma cukrów prostych: 52.3 g; Błonnik pokarmowy: 10.66 g; Sól: .8 g; WW: 23.38 Por; Cholesterol: 178.15 mg;

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml (<u>SEL</u>), .ziemniaki 200 g , .schab pieczony 80 g , sos koperkowy b/glu b/ml 100 ml , .fasolka szparagowa z wody 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 5g 5 g , sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 5g 5 g , Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1826.88 kcal; Białko ogółem: 96.18 g; Tłuszcz: 70.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.2 g; Węglowodany ogółem: 219.96 g; suma cukrów prostych: 27.39 g; Błonnik pokarmowy: 34.18 g; Sól: 5.56 g; WW: 18.78 Por; Cholesterol: 119.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki 200 g , schab pieczony 80 g , sos koperkowy b/glut b/ml 100 ml , fasolka szparagowa z wody 150 g , kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	margaryna 15 g , wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: margaryna 5g 5 g , Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 50 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g , chleb bezglutenowy 30g 30 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2100.51 kcal; Białko ogółem: 97.59 g; Tłuszcz: 95.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.99 g; Węglowodany ogółem: 225.33 g; suma cukrów prostych: 35.06 g; Błonnik pokarmowy: 13.59 g; Sól: 2.15 g; WW: 21.34 Por; Cholesterol: 93.95 mg;

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 25 g ,	.krupnik ze śmietaną 400 g (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , filet drobiowy gotowany 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), marchew gotowana 150 g , kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem 2 szt. 50 g ,			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1849.04 kcal; Białko ogółem: 47.88 g; Tłuszcz: 57.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.06 g; Węglowodany ogółem: 288.77 g; suma cukrów prostych: 53.1 g; Błonnik pokarmowy: 13.62 g; Sól: 5.43 g; WW: 27.62 Por; Cholesterol: 159.75 mg;

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), jogurt naturalny b/l 1 szt (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos koperkowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU</u>), marchewka gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: kakao 30 g (<u>GLU</u>), zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2136.3 kcal; Białko ogółem: 73.25 g; Tłuszcz: 51.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 267.42 g; suma cukrów prostych: 39.6 g; Błonnik pokarmowy: 33.07 g; Sól: 4.39 g; WW: 23.61 Por; Cholesterol: 208.2 mg;

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU, MLE</u>), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	pomidorowa z makaronem drobnym- dieta b/ml 300 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU, SEL</u>), surówka z marchwi i jabłka - dieta 100 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u>), dynia gotowana 100 g , sałata zielona 8g 8 g ,		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c 200 ml , kakao 30 g (<u>GLU</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2084.05 kcal; Białko ogółem: 95.38 g; Tłuszcz: 64.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.47 g; Węglowodany ogółem: 285.13 g; suma cukrów prostych: 51.05 g; Błonnik pokarmowy: 33.04 g; Sól: 5.03 g; WW: 25.54 Por; Cholesterol: 743.55 mg;

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, 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, JAJ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,			
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: marchwianka 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, 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;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
płatki owsiane na mleku 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _), bułka grahamka 1 szt (<u>GLU</u> , _), chleb graham 30 g (<u>GLU</u> , _), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u> , _), dynia gotowana 100 g , kielbasa biała 100 g , ketchup saszetka 2 szt (<u>SEL</u> , _), Herbata czarna b/c 250 ml ,	kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , _), Makaron ugotowany 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , _), Mus z jabłek prażonych 150 g , sos jogurtowo-truskawkowy b/c 100 ml (<u>MLE</u> , _), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u> , _), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u> , _), hummus klasyczny 1 szt (<u>SEZ</u> , _), sałatka wykwintna 200 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , _), Herbata czarna b/c 250 ml ,			
			Posiłek nocny: budyń o smaku czekoladowym z/c 250 g (<u>MLE</u> , _), biszkopty 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , _),		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3434.33 kcal; Białko ogółem: 111.61 g; Tłuszcz: 139.42 g; Kw.łt.nas.ogółem: 40.59 g; Węglowodany ogółem: 441.21 g; suma cukrów prostych: 131.44 g; Błonnik pokarmowy: 31.34 g; Sól: 4.64 g; WW: 40.94 Por; Cholesterol: 267.47 mg;

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
płatki owsiane na mleku 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _), bułka grahamka 1 szt (<u>GLU</u> , _), chleb graham 30 g (<u>GLU</u> , _), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u> , _), kielbasa biała 100 g , ketchup saszetka 2 szt (<u>SEL</u> , _), dynia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , _), Makaron ugotowany 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , _), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , _), kalfalior z bulgą tartą 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u> , _), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u> , _), hummus klasyczny 1 szt (<u>SEZ</u> , _), sałatka wykwintna 200 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , _), Herbata czarna b/c 250 ml ,			
			Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym b/c 200 g (<u>MLE</u> , _),		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3224.99 kcal; Białko ogółem: 120.01 g; Tłuszcz: 149.5 g; Kw.łt.nas.ogółem: 45.71 g; Węglowodany ogółem: 357.17 g; suma cukrów prostych: 47.54 g; Błonnik pokarmowy: 31.54 g; Sól: 4.91 g; WW: 32.48 Por; Cholesterol: 267.7 mg;

sobota 2024-03-02			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.łt.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;

sobota 2024-03-02			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.łt.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;

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , _), grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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> , _), grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</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> , _), grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , _), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1369.65 kcal; Białko ogółem: 38.25 g; Tłuszcz: 12.68 g; Kw.łt.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;

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + 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 , grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , _),	grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , _), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , _), marchewka gotowana z olejem 100 g , 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 , grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , _),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1310.33 kcal; Białko ogółem: 42.24 g; Tłuszcz: 19.83 g; Kw.łt.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;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-02 Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	zupa jarzynowa z mięsem 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>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 kukurydzina 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;

sobota 2024-03-02 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-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/ml 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), cukinia 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>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), kakao 30 g (<u>GLU</u>), bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g (<u>OZI</u> , <u>ORZ</u>), marchwianka 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2190.48 kcal; Białko ogółem: 79.98 g; Tłuszcz: 58.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.7 g; Węglowodany ogółem: 259.59 g; suma cukrów prostych: 25.9 g; Błonnik pokarmowy: 27.2 g; Sól: 3.1 g; WW: 23.32 Por; Cholesterol: 440.99 mg;

sobota 2024-03-02 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;

sobota 2024-03-02 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żyłt. 100 g (<u>GLU</u>),	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez selera) 200 g (<u>GLU</u>), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , woda n/gaz 0,5L 1 szt ,	chleb mieszany psz-żyłt. 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), filet z indyka gotowany 100 g , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2022.27 kcal; Białko ogółem: 79.38 g; Tłuszcz: 67.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.25 g; Węglowodany ogółem: 291.49 g; suma cukrów prostych: 81.79 g; Błonnik pokarmowy: 51.19 g; Sól: 4.55 g; WW: 24.28 Por; Cholesterol: 710.25 mg;

sobota 2024-03-02 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	.krupnik ze śmietaną 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 250 g , schab pieczony 160 g , sos koperkowy 150 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), fasolka szparagowa z wody 200 g , kompot z porzeczek czarnych 250 g , jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 996.33 kcal; Białko ogółem: 68.73 g; Tłuszcz: 38.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.74 g; Węglowodany ogółem: 99.18 g; suma cukrów prostych: 25.74 g; Błonnik pokarmowy: 22.37 g; Sól: 4.1 g; WW: 7.91 Por; Cholesterol: 104.63 mg;

sobota 2024-03-02 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
II Śniadanie: gruszka 300 g ,		Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , kasza manna na mleku 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2022.27 kcal; Białko ogółem: 79.38 g; Tłuszcz: 67.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.25 g; Węglowodany ogółem: 291.49 g; suma cukrów prostych: 81.79 g; Błonnik pokarmowy: 51.19 g; Sól: 4.55 g; WW: 24.28 Por; Cholesterol: 710.25 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Niemowlęca papkowata (0-1 lat)		
chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z wędliny drob. 100 g , Herbata czarna z/c 200 ml ,	.krupnik ze śmietaną 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 100 g , .schab pieczony 80 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 200 ml ,			
II Śniadanie: .jabłko gotowane 150 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy szt. 25 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1245.64 kcal; Białko ogółem: 69.5 g; Tłuszcz: 54.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.66 g; Węglowodany ogółem: 123.31 g; suma cukrów prostych: 41.77 g; Błonnik pokarmowy: 20.26 g; Sól: 3.54 g; WW: 10.42 Por; Cholesterol: 154.35 mg;

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>),	.krupnik ze śmietaną 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .schab pieczony 80 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .fasolka szparagowa z wody 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , dżem 2 szt. 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>),			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2230 kcal; Białko ogółem: 116.24 g; Tłuszcz: 80.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.75 g; Węglowodany ogółem: 278.06 g; suma cukrów prostych: 58.14 g; Błonnik pokarmowy: 37.18 g; Sól: 8.82 g; WW: 24.33 Por; Cholesterol: 190.65 mg;

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>),	.krupnik ze śmietaną 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .schab pieczony 160 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .fasolka szparagowa z wody 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>),			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2489.18 kcal; Białko ogółem: 139.68 g; Tłuszcz: 79.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.83 g; Węglowodany ogółem: 315.39 g; suma cukrów prostych: 37.12 g; Błonnik pokarmowy: 19.43 g; Sól: 7.71 g; WW: 29.99 Por; Cholesterol: 214.55 mg;

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 100g 100 g , papryka świeża 100 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,	.krupnik ze śmietaną 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .schab pieczony 80 g , .schab pieczony 80 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .fasolka szparagowa z wody 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 100g 100 g , dżem 2 szt. 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2755.3 kcal; Białko ogółem: 175.67 g; Tłuszcz: 95.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.11 g; Węglowodany ogółem: 320.56 g; suma cukrów prostych: 62.44 g; Błonnik pokarmowy: 40.58 g; Sól: 9.4 g; WW: 28.28 Por; Cholesterol: 251.55 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-02			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, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	.krupnik ze śmietaną 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g, .schab pieczony 160 g, sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), fasolka szparagowa z wody 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, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: ogórek świeży 100 g,		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>), salata zielona 8g 8 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1933.62 kcal; Białko ogółem: 125.97 g; Tłuszcz: 69.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.24 g; Węglowodany ogółem: 217.21 g; suma cukrów prostych: 28.4 g; Błonnik pokarmowy: 31.44 g; Sól: 7.23 g; WW: 18.83 Por; Cholesterol: 192.05 mg;

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 100g 100 g, papryka świeża 100 g, jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml,	.krupnik ze śmietaną 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g, .schab pieczony 80 g, sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), fasolka szparagowa z wody 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 g, .schab pieczony 80 g,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 100g 100 g, dżem 2 szt. 50 g, pomidor 100 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>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), salata zielona 8g 8 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2440.2 kcal; Białko ogółem: 153.98 g; Tłuszcz: 81.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.49 g; Węglowodany ogółem: 293.49 g; suma cukrów prostych: 61.8 g; Błonnik pokarmowy: 37.68 g; Sól: 8.76 g; WW: 25.82 Por; Cholesterol: 226.25 mg;

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml, serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>),	.krupnik ze śmietaną 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g, sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), fasolka szparagowa z wody 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 g, Gołąbki jarskie bez zawijania 240 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u>),	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), dżem 2 szt. 50 g, pomidor 100 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>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), salata zielona 8g 8 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2453.99 kcal; Białko ogółem: 87 g; Tłuszcz: 81.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.28 g; Węglowodany ogółem: 363.77 g; suma cukrów prostych: 66.52 g; Błonnik pokarmowy: 40.69 g; Sól: 9.59 g; WW: 32.6 Por; Cholesterol: 438.06 mg;

sobota 2024-03-02			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>),	.krupnik ze śmietaną 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g, sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), fasolka szparagowa z wody 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 g, Gołąbki jarskie bez zawijania 240 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u>),	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, ser żółty 50 g (<u>MLE</u>),			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2287.27 kcal; Białko ogółem: 92.98 g; Tłuszcz: 75.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.84 g; Węglowodany ogółem: 318.5 g; suma cukrów prostych: 33.6 g; Błonnik pokarmowy: 40.02 g; Sól: 9.14 g; WW: 28.16 Por; Cholesterol: 349.56 mg;