

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Koszty ogólne Zarządu-Prac. Gosp. i Magazyny w Policach		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-03-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb razowy 50 g (GLU), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.pomidorowa z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR), .ziemniaki 200 g , .udziec z kurczaka pieczony 120 g , .surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 50 g (GLU), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), jaja w sosie tatarskim 80 g (JAJ, MLE), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2189.24 kcal; Białko ogółem: 103.07 g; Tłuszcz: 77.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.77 g; Węglowodany ogółem: 289.5 g; suma cukrów prostych: 44.06 g; Błonnik pokarmowy: 40.31 g; Sól: 8.65 g; WW: 25.22 Por; Cholesterol: 504.88 mg;

wtorek 2024-03-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)		
chleb pszenny krojony 30 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 200 ml ,	.pomidorowa z makaronem 200 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR), .ziemniaki 100 g , .udziec z kurczaka pieczony 120 g , .surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb pszenny krojony 30 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), papryka świeża 100 g , wędlina 30g 30 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1248.12 kcal; Białko ogółem: 68.74 g; Tłuszcz: 50.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.32 g; Węglowodany ogółem: 134.79 g; suma cukrów prostych: 49.28 g; Błonnik pokarmowy: 12.72 g; Sól: 3.33 g; WW: 12.29 Por; Cholesterol: 225.6 mg;

wtorek 2024-03-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
chleb mieszany psz.-żył. 70 1 Por (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , sok owocowy 200ml 200 g ,	.pomidorowa z makaronem 200 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR), .ziemniaki 100 g , .udziec z kurczaka pieczony 120 g , .surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), jaja w sosie tatarskim 80 g (JAJ, MLE), papryka świeża 100 g , wędlina 30g 30 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1756.1 kcal; Białko ogółem: 91.53 g; Tłuszcz: 66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.53 g; Węglowodany ogółem: 212.11 g; suma cukrów prostych: 57.98 g; Błonnik pokarmowy: 28.01 g; Sól: 5.33 g; WW: 18.6 Por; Cholesterol: 482.62 mg;

wtorek 2024-03-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)		
chleb mieszany psz.-żył. 70 g (GLU), chleb razowy 50 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.pomidorowa z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR), .ziemniaki 200 g , .udziec z kurczaka pieczony 120 g , .surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 50 g (GLU), chleb mieszany psz.-żył. 70 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), jaja w sosie tatarskim 80 g (JAJ, MLE), wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2159.24 kcal; Białko ogółem: 105.87 g; Tłuszcz: 76.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.57 g; Węglowodany ogółem: 279.08 g; suma cukrów prostych: 64.42 g; Błonnik pokarmowy: 36.09 g; Sól: 8.04 g; WW: 24.53 Por; Cholesterol: 504.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
chleb mieszany psz-żył. 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml, szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>),	.pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki 200 g, udziec z kurczaka pieczony 120 g, kompot z porzeczek czarnych 250 g, marchew gotowana 150 g,	chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz-żył. 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jaja w sosie tatarskim 80 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml, jabłko gotowane 150 g,			
II Śniadanie: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), miód 25 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g, jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2372.44 kcal; Białko ogółem: 105.2 g; Tłuszcz: 82.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.51 g; Węglowodany ogółem: 319.56 g; suma cukrów prostych: 63.04 g; Błonnik pokarmowy: 48.92 g; Sól: 9.16 g; WW: 27.39 Por; Cholesterol: 517.38 mg;

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
chleb mieszany psz-żył. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 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,	.pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki 200 g, udziec z kurczaka pieczony 120 g, surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 150 g, kompot z porzeczek czarnych 250 g,	chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz-żył. 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jaja w sosie tatarskim 80 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, wędlina 50 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 30g 30 g, sałata zielona 8g 8 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2159.24 kcal; Białko ogółem: 105.87 g; Tłuszcz: 76.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.57 g; Węglowodany ogółem: 279.08 g; suma cukrów prostych: 64.42 g; Błonnik pokarmowy: 36.09 g; Sól: 8.04 g; WW: 24.53 Por; Cholesterol: 504.88 mg;

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, miód 2 szt. 50 g,	.pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki 200 g, udziec z kurczaka bez skóry i sosu 120 g, marchew gotowana 150 g, kompot z porzeczek czarnych 250 g, sos do obiadu 100 g,	chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), jabłko 150 g, Herbata czarna z/c 400 ml, dżem 2 szt. 50 g,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1818.78 kcal; Białko ogółem: 90.46 g; Tłuszcz: 66.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.62 g; Węglowodany ogółem: 219.48 g; suma cukrów prostych: 69.19 g; Błonnik pokarmowy: 23.43 g; Sól: 5.75 g; WW: 19.96 Por; Cholesterol: 781.15 mg;

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30 g, pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	.pomidorowa z makaronem 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki 100 g, udziec z kurczaka bez skóry i sosu 120 g, marchew gotowana 150 g, kompot z porzeczek czarnych 250 g, sos do obiadu 100 g,	chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), jabłko 150 g, Herbata czarna z/c 200 ml, wędlina 30 g,			
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 30g 30 g, sałata zielona 8g 8 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1391.05 kcal; Białko ogółem: 78.27 g; Tłuszcz: 57.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.16 g; Węglowodany ogółem: 144.73 g; suma cukrów prostych: 61.69 g; Błonnik pokarmowy: 21.11 g; Sól: 3.71 g; WW: 12.58 Por; Cholesterol: 503.38 mg;

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
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>),	.pomidorowa z makaronem 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki 100 g, udziec z kurczaka bez skóry i sosu 120 g, marchew gotowana 150 g, kompot z porzeczek czarnych 250 g, sos do obiadu 100 g,	chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), jabłko 150 g, Herbata czarna z/c 200 ml, wędlina 50 g,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g, sałata zielona 8g 8 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1801.92 kcal; Białko ogółem: 100.64 g; Tłuszcz: 74.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.06 g; Węglowodany ogółem: 188.28 g; suma cukrów prostych: 39.45 g; Błonnik pokarmowy: 22.06 g; Sól: 4.55 g; WW: 17.02 Por; Cholesterol: 805.95 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
chleb pszenny krojony 90 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .udziec z kurczaka bez skóry i sosu 120 g , .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , sos do obiadu 100 g ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), jabłko 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 50 g ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2332.26 kcal; Białko ogółem: 116.75 g; Tłuszcz: 77.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.62 g; Węglowodany ogółem: 299.03 g; suma cukrów prostych: 51.7 g; Błonnik pokarmowy: 27.96 g; Sól: 7.79 g; WW: 27.59 Por; Cholesterol: 805.95 mg;

wtorek 2024-03-05			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 ,	.pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .udziec z kurczaka bez skóry i sosu 120 g , .surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , sos do obiadu 100 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>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 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 ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2123.37 kcal; Białko ogółem: 120.86 g; Tłuszcz: 86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.58 g; Węglowodany ogółem: 230.58 g; suma cukrów prostych: 31.45 g; Błonnik pokarmowy: 31.96 g; Sól: 8.15 g; WW: 20.17 Por; Cholesterol: 820.55 mg;

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
chleb razowy 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 ,	.pomidorowa z makaronem 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), .ziemniaki 100 g , .udziec z kurczaka bez skóry i sosu 120 g , .surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , sos do obiadu 100 g ,	chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , sok owocowy 200ml 200 g , gruszka 150 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1532.77 kcal; Białko ogółem: 82.85 g; Tłuszcz: 70.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.95 g; Węglowodany ogółem: 150.85 g; suma cukrów prostych: 46.84 g; Błonnik pokarmowy: 20.59 g; Sól: 4.12 g; WW: 13.18 Por; Cholesterol: 529.38 mg;

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
chleb razowy 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 ,	.pomidorowa z makaronem 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), .ziemniaki 100 g , .udziec z kurczaka bez skóry i sosu 120 g , .surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , sos do obiadu 100 g ,	chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 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 , sok owocowy 200ml 200 g , gruszka 150 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1779.6 kcal; Białko ogółem: 103.35 g; Tłuszcz: 79.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.39 g; Węglowodany ogółem: 172.58 g; suma cukrów prostych: 48.12 g; Błonnik pokarmowy: 23.79 g; Sól: 4.9 g; WW: 15.09 Por; Cholesterol: 807.55 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-05			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,	.pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki 200 g, udziec z kurczaka bez skóry i sosu 120 g, surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 150 g, kompot z porzeczek czarnych 250 g, sos do obiadu 100 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>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 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, sok owocowy 200ml 200 g, gruszka 150 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g, sałata zielona 8g 8 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2173.62 kcal; Białko ogółem: 115.33 g; Tłuszcz: 83.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.86 g; Węglowodany ogółem: 255.56 g; suma cukrów prostych: 54.93 g; Błonnik pokarmowy: 34.18 g; Sól: 7.92 g; WW: 22.4 Por; Cholesterol: 808.55 mg;

wtorek 2024-03-05			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,	.pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki 200 g, udziec z kurczaka bez skóry i sosu 120 g, surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 150 g, kompot z porzeczek czarnych 250 g, sos do obiadu 100 g,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 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,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g, sałata zielona 8g 8 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2019.32 kcal; Białko ogółem: 119.72 g; Tłuszcz: 76.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.32 g; Węglowodany ogółem: 226.95 g; suma cukrów prostych: 31.75 g; Błonnik pokarmowy: 31.96 g; Sól: 9.27 g; WW: 19.79 Por; Cholesterol: 283 mg;

wtorek 2024-03-05			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, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	.pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki 200 g, udziec z kurczaka bez skóry i sosu 240 g, surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 150 g, kompot z porzeczek czarnych 250 g, sos do obiadu 100 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>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g,	Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2475.59 kcal; Białko ogółem: 166.74 g; Tłuszcz: 98.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.33 g; Węglowodany ogółem: 245.79 g; suma cukrów prostych: 32.41 g; Błonnik pokarmowy: 34.36 g; Sól: 8.94 g; WW: 21.45 Por; Cholesterol: 972.05 mg;

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, szpinak gotowany - dieta 50 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna z/c 400 ml,	.pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki 200 g, udziec z kurczaka bez skóry i sosu 120 g, marchew gotowana 150 g, kompot z porzeczek czarnych 250 g, sos do obiadu 100 g,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), jablko gotowane 150 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), sok pomidorowy 300 ml,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU</u>), pasta z drobiu i warzyw 80 g (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2147.39 kcal; Białko ogółem: 127.27 g; Tłuszcz: 57.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.33 g; Węglowodany ogółem: 290.57 g; suma cukrów prostych: 61.19 g; Błonnik pokarmowy: 31.9 g; Sól: 11.08 g; WW: 26.2 Por; Cholesterol: 252.4 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-05			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 , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml , .pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), .ziemniaki 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90g (<u>GLU, JAJ</u>), .marchew gotowana 150 g , sos do obiadu 100 g ,	chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , jabłko gotowane 150 g ,			
		Posiłek nocny: masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sok pomidorowy 300 ml , chleb PKU 30g 30 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1983.01 kcal; Białko ogółem: 53.43 g; Tłuszcz: 72.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.34 g; Węglowodany ogółem: 279.8 g; suma cukrów prostych: 40.8 g; Błonnik pokarmowy: 24.92 g; Sól: 5.7 g; WW: 25.72 Por; Cholesterol: 216.58 mg;

wtorek 2024-03-05			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 , szpinak gotowany - dieta 50 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,	.pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .udziec z kurczaka bez skóry i sosu 120 g , .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , sos do obiadu 100 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), jabłko gotowane 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), miód 25 g ,			Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), dżem 2 szt. 50 g ,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2182.76 kcal; Białko ogółem: 107.5 g; Tłuszcz: 57.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.43 g; Węglowodany ogółem: 317.61 g; suma cukrów prostych: 73.28 g; Błonnik pokarmowy: 29 g; Sól: 9.54 g; WW: 29.2 Por; Cholesterol: 230.8 mg;

wtorek 2024-03-05			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 , szpinak gotowany - dieta 50 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , miód 25 g ,	.ziemniaczana b/koncentratu 350 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .udziec z kurczaka bez skóry i sosu 120 g , .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , sos do obiadu 100 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), jabłko gotowane 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: dżem 2 szt. 50 g , chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2095.27 kcal; Białko ogółem: 100.74 g; Tłuszcz: 63.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.51 g; Węglowodany ogółem: 288.18 g; suma cukrów prostych: 69.14 g; Błonnik pokarmowy: 27.97 g; Sól: 8.77 g; WW: 26.37 Por; Cholesterol: 255.6 mg;

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 50 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 100g 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .udziec z kurczaka pieczony 240 g , .surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	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>), jaja w sosie tatarskim 160 g (<u>JAJ, MLE</u>), papryka świeża 100 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>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2673.08 kcal; Białko ogółem: 155.32 g; Tłuszcz: 112.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.58 g; Węglowodany ogółem: 276.51 g; suma cukrów prostych: 50.89 g; Błonnik pokarmowy: 37.09 g; Sól: 9.42 g; WW: 24.24 Por; Cholesterol: 945.86 mg;

wtorek 2024-03-05			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;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-05		
Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata- śniad 350 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	papkowata - obiad 650 ml ,	papkowata - kolacja 350 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),		Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE</u> , <u>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;

wtorek 2024-03-05		
Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), szpinak gotowany - dieta 50 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), .pasta z drobiu i warzy 80 g (<u>SEL</u>),	.pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki 200 g , .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos do obiadu 100 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), jabłko gotowane 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>),
		Posiłek nocny: dżem 2 szt. 50 g , chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2247.54 kcal; Białko ogółem: 78.69 g; Tłuszcz: 67.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.61 g; Węglowodany ogółem: 339.81 g; suma cukrów prostych: 74.02 g; Błonnik pokarmowy: 33.39 g; Sól: 7.7 g; WW: 30.94 Por; Cholesterol: 205.93 mg;

wtorek 2024-03-05		
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>), pasta z mięsa drob i warzy 100 g (<u>SEL</u>), szpinak gotowany - dieta 50 g (<u>GLU</u>), .herbata b/c 300 g , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>),	.pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki 200 g , .udziec z kurczaka bez skóry i sosu 120 g , .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , sos do obiadu 100 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), jabłko gotowane 150 g , .herbata b/c 300 g , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>),
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>), pasta z wędliny drob. 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2331.88 kcal; Białko ogółem: 104.77 g; Tłuszcz: 74.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.9 g; Węglowodany ogółem: 321.26 g; suma cukrów prostych: 45.58 g; Błonnik pokarmowy: 36.07 g; Sól: 9.89 g; WW: 28.85 Por; Cholesterol: 268.8 mg;

wtorek 2024-03-05		
Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.pomidorowa z makaronem 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki 150 g , .udziec z kurczaka bez skóry i sosu 120 g , .surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , sos do obiadu 100 g ,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 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>), sałata zielona 8g 8 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1815.49 kcal; Białko ogółem: 114.84 g; Tłuszcz: 59.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.9 g; Węglowodany ogółem: 220.14 g; suma cukrów prostych: 30.47 g; Błonnik pokarmowy: 32.37 g; Sól: 8.64 g; WW: 19.04 Por; Cholesterol: 236.08 mg;

wtorek 2024-03-05		
Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki 200 g , .udziec z kurczaka bez skóry i sosu 120 g , .surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , sos do obiadu 100 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>), ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2205.92 kcal; Białko ogółem: 119.3 g; Tłuszcz: 86.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.11 g; Węglowodany ogółem: 255.21 g; suma cukrów prostych: 29.09 g; Błonnik pokarmowy: 38.15 g; Sól: 8.71 g; WW: 22.08 Por; Cholesterol: 809.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-05 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (GLU), margaryna 15 g , wędlina 50 g , szpinak gotowany - dieta 50 g (GLU), Herbata czarna z/c 400 ml ,	.pomidorowa z ryżem b/ml 350 g (SEL, może zawierać: SEL, GOR), ziemniaki 200 g , udziec z kurczaka bez skóry i sosu 120 g , marchew gotowana 150 g , kompot z porzeczek czarnych 250 g , sos do obiadu 100 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (GLU), margaryna 15 g , pasta z drobiu i warzyw 80 g (SEL), jablko gotowane 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30g 30 g (GLU), miód 25 g ,		Posiłek nocny: dżem 2 szt. 50 g , chleb pszenny krojony 30g 30 g (GLU), margaryna 15 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2199.92 kcal; Białko ogółem: 96.48 g; Tłuszcz: 73.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.33 g; Węglowodany ogółem: 299.49 g; suma cukrów prostych: 64.85 g; Błonnik pokarmowy: 28.44 g; Sól: 7.32 g; WW: 27.43 Por; Cholesterol: 197.6 mg;

wtorek 2024-03-05 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb razowy 50g 50 g (GLU), chleb mieszany psz.-żyt. 50 50 g (GLU), margaryna 15 g , wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.pomidorowa z ryżem b/ml 350 g (SEL, może zawierać: SEL, GOR), ziemniaki 200 g , udziec z kurczaka pieczony 120 g , surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 150 g , kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 50g 50 g (GLU), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (GLU), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , jajo gotowane 2 szt. 100 g (JAJ), margaryna 15 g ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (GLU), wędlina 30g 30 g , salata zielona 8g 8 g , margaryna 15 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2032.37 kcal; Białko ogółem: 99.68 g; Tłuszcz: 80.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.22 g; Węglowodany ogółem: 245.87 g; suma cukrów prostych: 40.24 g; Błonnik pokarmowy: 35.27 g; Sól: 7.63 g; WW: 21.4 Por; Cholesterol: 708.25 mg;

wtorek 2024-03-05 Jadłospis dla diety: Atopowa		
wafle ryżowe 50 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 (GLU), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g (GLU), woda n/gaz 0,5L 1 szt , surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , kasza jaglana na wodzie 200 ml , sos do obiadu 100 g ,	wafle ryżowe 50 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.: 2344.56 kcal; Białko ogółem: 71.82 g; Tłuszcz: 95.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.51 g; Węglowodany ogółem: 311.41 g; suma cukrów prostych: 63.31 g; Błonnik pokarmowy: 42.1 g; Sól: 1.65 g; WW: 27.04 Por; Cholesterol: 148.47 mg;

wtorek 2024-03-05 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
masło 82% tł. 10 g (MLE), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,	.ziemniaki 200 g , udziec z kurczaka pieczony 120 g , surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 150 g , kompot z porzeczek czarnych 250 g , .pomidorowa z ryżem 350 g (SEL, może zawierać: SEL, GOR),	masło 82% tł. 10 g (MLE), jaja w sosie tatarskim 80 g (JAJ, MLE), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,
		Posiłek nocny: masło 82% tł. 10 g (MLE), wędlina 30g 30 g , salata zielona 8g 8 g , chleb bezglutenowy 30g 30 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1972.76 kcal; Białko ogółem: 91.77 g; Tłuszcz: 96.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.29 g; Węglowodany ogółem: 194.43 g; suma cukrów prostych: 34.75 g; Błonnik pokarmowy: 12.35 g; Sól: 4.25 g; WW: 18.39 Por; Cholesterol: 503.38 mg;

wtorek 2024-03-05 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g ,	.ziemniaki 200 g , udziec z kurczaka pieczony 120 g , surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 150 g , kompot z porzeczek czarnych 250 g , .pomidorowa z ryżem 350 g (SEL, może zawierać: SEL, GOR),	papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , jajo gotowane 2 szt. 100 g (JAJ),
		Posiłek nocny: wędlina 30g 30 g , salata zielona 8g 8 g , chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 15 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2058.77 kcal; Białko ogółem: 100.28 g; Tłuszcz: 104.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.17 g; Węglowodany ogółem: 190.97 g; suma cukrów prostych: 33.34 g; Błonnik pokarmowy: 11.72 g; Sól: 4.17 g; WW: 18.16 Por; Cholesterol: 706.75 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-05			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 z/c 400 ml ,	.ziemniaki 200 g , .pomidorowa z ryżem 350 g (<u>SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), .udziec z kurczaka pieczony 120 g , .surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jaja w sosie tatarskim 80 g (<u>JAJ, MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2223.84 kcal; Białko ogółem: 107.12 g; Tłuszcz: 111.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.76 g; Węglowodany ogółem: 208.63 g; suma cukrów prostych: 34.86 g; Błonnik pokarmowy: 12.42 g; Sól: 4.25 g; WW: 19.83 Por; Cholesterol: 528.18 mg;

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.pomidorowa z ryżem b/ml 350 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .udziec z kurczaka bez skóry i sosu 120 g , .surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , sos do obiadu 100 g ,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 50 g ,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 5g 5 g , Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 50 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g ,		Posiłek nocny: pasta z wędliny drob. 50 g , chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1839.59 kcal; Białko ogółem: 100.49 g; Tłuszcz: 72.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 10.28 g; Węglowodany ogółem: 212.1 g; suma cukrów prostych: 23.27 g; Błonnik pokarmowy: 31.59 g; Sól: 7.13 g; WW: 18.3 Por; Cholesterol: 205.6 mg;

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.pomidorowa z ryżem 350 g (<u>SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .udziec z kurczaka pieczony 120 g , .surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , pasta z mięsa drob i warzyw 50 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2110.01 kcal; Białko ogółem: 110.02 g; Tłuszcz: 107.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.85 g; Węglowodany ogółem: 186.95 g; suma cukrów prostych: 17.42 g; Błonnik pokarmowy: 11.79 g; Sól: 4.31 g; WW: 17.75 Por; Cholesterol: 740.35 mg;

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 50 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	.pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , Kaszotto jęczmień z warzywami wegetariańskie 400 g (<u>GLU, SEL</u>),	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>), jaja w sosie tatarskim 80 g (<u>JAJ, MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), sałata zielona 8g 8 g , serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2374.07 kcal; Białko ogółem: 95.02 g; Tłuszcz: 81.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.38 g; Węglowodany ogółem: 331.31 g; suma cukrów prostych: 48.88 g; Błonnik pokarmowy: 40.35 g; Sól: 11.13 g; WW: 29.3 Por; Cholesterol: 449.28 mg;

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 250 ml , pomidor 100 g , miód 2 szt. 50 g ,	.pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , .ziemniaki 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), .marchew gotowana 150 g , sos do obiadu 100 g ,	chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g ,			
		Posiłek nocny: dżem 2 szt. 50 g , chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2116.33 kcal; Białko ogółem: 53.11 g; Tłuszcz: 73.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.99 g; Węglowodany ogółem: 311.64 g; suma cukrów prostych: 37.96 g; Błonnik pokarmowy: 11.63 g; Sól: 4.24 g; WW: 30.24 Por; Cholesterol: 216.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2			
chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<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.: 2084.7 kcal; Białko ogółem: 71.55 g; Tłuszcz: 51.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.13 g; Węglowodany ogółem: 256.56 g; suma cukrów prostych: 39.5 g; Błonnik pokarmowy: 32.53 g; Sól: 4.16 g; WW: 22.57 Por; Cholesterol: 208.2 mg;

wtorek 2024-03-05			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 8g, Herbata czarna b/c 250 ml,		
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 100 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 8g,					Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c 200 ml, kakao 30 g (<u>GLU</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2032.45 kcal; Białko ogółem: 93.68 g; Tłuszcz: 64.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.41 g; Węglowodany ogółem: 274.27 g; suma cukrów prostych: 50.95 g; Błonnik pokarmowy: 32.5 g; Sól: 4.8 g; WW: 24.5 Por; Cholesterol: 743.55 mg;

wtorek 2024-03-05			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;

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS			
placki bananowe - ots 100 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), dżem 2 szt. 50 g, jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, płatki jęczmieńne na mleku - OTS 400 g (<u>GLU, MLE</u>),		zupa z fasolki szp. z ziemniakami - ots 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), kasza gryczana na sypko-OTS 200 g, gulasz segetyński - ots 200 g (<u>GLU, może zawierać: SEL</u>), kapusta biała zasmażana - ots 100 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c - ots 200 ml,		chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), serek wiejski - ots 200 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. - ots 50 g, bukiet warzyw m/b/k- ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g (<u>JAJ</u>),		
					Posiłek nocny: ciasto jogurtowe 50 g (<u>GLU, JAJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ</u>), sok przecier. warzywno-ow. 300-330ml 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2890.82 kcal; Białko ogółem: 128.02 g; Tłuszcz: 108.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.38 g; Węglowodany ogółem: 364.64 g; suma cukrów prostych: 94.18 g; Błonnik pokarmowy: 32.65 g; Sól: 8.54 g; WW: 33.42 Por; Cholesterol: 888.52 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
płatki jęczmienne na mleku - OTS 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, pomidor b/skóry - ots 100 g	zupa z fasolki szp. z ziemniakami - ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), kasza gryczana na sypko-OTS 200 g, gulasz segetyński - ots 200 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), kapusta biała zasmażana - ots 100 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c - ots 200 ml	chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), bukiet warzyw m/b/k- ots 100 g, serek wiejski - ots 200 g (<u>MLE</u>), hummus klasyczny 1 szt (<u>SEZ</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g (<u>JAJ</u>),			
			Posiłek nocny: sok pomidorowy - ots 300 ml		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2935.93 kcal; Białko ogółem: 148.98 g; Tłuszcz: 131.74 g; Kw.łt.nas.ogółem: 40.67 g; Węglowodany ogółem: 301.2 g; suma cukrów prostych: 51.08 g; Błonnik pokarmowy: 34.82 g; Sól: 7.72 g; WW: 26.77 Por; Cholesterol: 753.87 mg;

wtorek 2024-03-05			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;

wtorek 2024-03-05			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;

wtorek 2024-03-05			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;

wtorek 2024-03-05			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;

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 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.łt.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;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-05			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 ,		grysiwka z ziemniakami - dieta 300 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy b/ml 100 ml (<u>GLU</u> , <u>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</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>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;

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny			
wafle ryżowe 50 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 50 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.: 1867.6 kcal; Białko ogółem: 60.14 g; Tłuszcz: 71.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.44 g; Węglowodany ogółem: 253.04 g; suma cukrów prostych: 19.29 g; Błonnik pokarmowy: 15.29 g; Sól: 1.44 g; WW: 24.04 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

wtorek 2024-03-05			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-żyt. 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 slera) 200 g (<u>GLU</u>), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , woda n/gaz 0,5L 1 szt ,		chleb mieszany psz-żyt. 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;

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny			
		.pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), .ziemniaki 250 g , .udziec z kurczaka pieczony 240 g , .surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,				

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1003.64 kcal; Białko ogółem: 76.9 g; Tłuszcz: 41.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.68 g; Węglowodany ogółem: 83.49 g; suma cukrów prostych: 15.07 g; Błonnik pokarmowy: 11.42 g; Sól: 4.45 g; WW: 7.29 Por; Cholesterol: 302.4 mg;

wtorek 2024-03-05			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;

wtorek 2024-03-05			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 drobiu i warzyw 80 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , szpinak gotowany - dieta 50 g (<u>GLU</u>),		.pomidorowa z makaronem 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), .ziemniaki 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), .marchew gotowana 150 g ,		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>), Herbata czarna z/c 400 ml ,		
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,				Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1189 kcal; Białko ogółem: 51.07 g; Tłuszcz: 44.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 13.98 g; Węglowodany ogółem: 150.79 g; suma cukrów prostych: 71.96 g; Błonnik pokarmowy: 24.13 g; Sól: 3.58 g; WW: 12.79 Por; Cholesterol: 205.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 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 ,	.pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .udziec z kurczaka pieczony 120 g , .surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jaja w sosie tatarskim 80 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>),			
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 25 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , salata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2173.04 kcal; Białko ogółem: 95.27 g; Tłuszcz: 83.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.89 g; Węglowodany ogółem: 277.8 g; suma cukrów prostych: 47.45 g; Błonnik pokarmowy: 36.91 g; Sól: 8.5 g; WW: 24.36 Por; Cholesterol: 531.18 mg;

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	.pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .udziec z kurczaka bez skóry i sosu 120 g , .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), jabłko 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem 2 szt. 50 g ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 25 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2248.26 kcal; Białko ogółem: 99.07 g; Tłuszcz: 74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.58 g; Węglowodany ogółem: 306.17 g; suma cukrów prostych: 72.13 g; Błonnik pokarmowy: 31.94 g; Sól: 7.14 g; WW: 27.83 Por; Cholesterol: 805.95 mg;

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 50 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 100g 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .udziec z kurczaka pieczony 240 g , .surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	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>), jaja w sosie tatarskim 160 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), papryka świeża 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>), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2603.08 kcal; Białko ogółem: 153.27 g; Tłuszcz: 109.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.79 g; Węglowodany ogółem: 267.41 g; suma cukrów prostych: 44.59 g; Błonnik pokarmowy: 37.09 g; Sól: 9.18 g; WW: 23.36 Por; Cholesterol: 933.86 mg;

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
chleb razowy 120g 120 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 ,	.pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .udziec z kurczaka bez skóry i sosu 120 g , .surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , sos do obiadu 100 g ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			
II Śniadanie: salata zielona 8g 8 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , salata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2015.22 kcal; Białko ogółem: 124.99 g; Tłuszcz: 68.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.67 g; Węglowodany ogółem: 239.17 g; suma cukrów prostych: 38.31 g; Błonnik pokarmowy: 32.76 g; Sól: 9.63 g; WW: 20.88 Por; Cholesterol: 270.3 mg;

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 50 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 100g 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), .ziemniaki 250 g , .udziec z kurczaka pieczony 240 g , .surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	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>), jaja w sosie tatarskim 160 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), papryka świeża 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>), wędlina 30g 30 g , salata zielona 8g 8 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2617.37 kcal; Białko ogółem: 149.7 g; Tłuszcz: 109.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.79 g; Węglowodany ogółem: 275.59 g; suma cukrów prostych: 45.91 g; Błonnik pokarmowy: 38.71 g; Sól: 9.18 g; WW: 24.03 Por; Cholesterol: 933.86 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyłt. 50 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),	.pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , Kaszotto jęczmień z warzywami wegetariańskie 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyłt. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jaja w sosie tatarskim 80 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), sałata zielona 8g 8 g , serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2374.07 kcal; Białko ogółem: 95.02 g; Tłuszcz: 81.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.38 g; Węglowodany ogółem: 331.31 g; suma cukrów prostych: 48.88 g; Błonnik pokarmowy: 40.35 g; Sól: 11.13 g; WW: 29.3 Por; Cholesterol: 449.28 mg;

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska		
chleb mieszany psz.-żyłt. 50 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,	.pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), Kaszotto jęczmień z warzywami wegetariańskie 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb mieszany psz.-żyłt. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jaja w sosie tatarskim 80 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), sałata zielona 8g 8 g , serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2361.93 kcal; Białko ogółem: 104.4 g; Tłuszcz: 92.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.7 g; Węglowodany ogółem: 292.61 g; suma cukrów prostych: 31.38 g; Błonnik pokarmowy: 36.35 g; Sól: 10.49 g; WW: 25.84 Por; Cholesterol: 473.58 mg;

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlna 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>),	.pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .marchew gotowana 150 g , .udziec z kurczaka bez skóry i sosu 120 g , sos do obiadu 100 g ,	masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , jabłko gotowane 150 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>),			
II Śniadanie: miód 25 g , chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlna 30g 30 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2534.19 kcal; Białko ogółem: 120.04 g; Tłuszcz: 86.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.91 g; Węglowodany ogółem: 327.7 g; suma cukrów prostych: 55.21 g; Błonnik pokarmowy: 30.69 g; Sól: 8.96 g; WW: 30.14 Por; Cholesterol: 817.95 mg;

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlna 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>),	.pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .udziec z kurczaka pieczony 120 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .marchew gotowana 150 g ,	masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jaja w sosie tatarskim 80 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , .jabłko gotowane 150 g , chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>),			
II Śniadanie: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlna 30g 30 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2392.14 kcal; Białko ogółem: 107.64 g; Tłuszcz: 90.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.99 g; Węglowodany ogółem: 305.64 g; suma cukrów prostych: 72.09 g; Błonnik pokarmowy: 52.64 g; Sól: 10.93 g; WW: 25.54 Por; Cholesterol: 543.58 mg;

wtorek 2024-03-05			Jadłospis dla diety: P1 b/selera, truskawek, bananów, cytrusów, kiwi		
chleb mieszany psz-żyłt. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlna 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.pomidorowa z makaronem b/selera 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .udziec z kurczaka pieczony 120 g , .surówka z kapusty pekińskiej z oliwą 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz-żyłt. 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jaja w sosie tatarskim 80 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), wędlna 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jabłka 150 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlna 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2137.84 kcal; Białko ogółem: 105.98 g; Tłuszcz: 76.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.82 g; Węglowodany ogółem: 270.95 g; suma cukrów prostych: 65.39 g; Błonnik pokarmowy: 49.87 g; Sól: 8.06 g; WW: 22.42 Por; Cholesterol: 504.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-05 Jadłospis dla diety: C1 b/ziemniaków i jabłka		
chleb razowy 120g 120 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.pomidorowa z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR), .ryż 200 g , .udziec z kurczaka pieczony 120 g , .surówka z kapusty pekińskiej z oliwą b/jabłka 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	masło 82% tł. 10 g (MLE), jaja w sosie tatarskim 80 g (JAJ, MLE), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb razowy 100 g (GLU),
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), miód 25 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), wędlina 30g 30 g , salata zielona 8g 8 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2332.04 kcal; Białko ogółem: 97.96 g; Tłuszcz: 83.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.98 g; Węglowodany ogółem: 314.25 g; suma cukrów prostych: 43.88 g; Błonnik pokarmowy: 35.16 g; Sól: 8.49 g; WW: 28.17 Por; Cholesterol: 531.18 mg;

wtorek 2024-03-05 Jadłospis dla diety: wegetariańska bezglutenowa E		
chleb razowy 50g 50 g (GLU), chleb mieszany psz.-żyty 50 50 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , serek wiejski 200 g (MLE),	.pomidorowa z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie 400 g (GLU, SEL),	chleb razowy 50g 50 g (GLU), chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), jaja w sosie tatarskim 80 g (JAJ, MLE), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (GLU), salata zielona 8g 8 g , serek do smarowania 80 g (MLE),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2374.07 kcal; Białko ogółem: 95.02 g; Tłuszcz: 81.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.38 g; Węglowodany ogółem: 331.31 g; suma cukrów prostych: 48.88 g; Błonnik pokarmowy: 40.35 g; Sól: 11.13 g; WW: 29.3 Por; Cholesterol: 449.28 mg;