

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Koszty ogólne Zarządu-Prac. Gosp. i Magazyny w Policach		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-03-10		
Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (GLU), chleb razowy 50g 50 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), ser żółty 50 g (MLE), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , wędlna 30g 30 g ,	.żurek z kefirem 400 g (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (GLU, MLE), brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 50g 50 g (GLU), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), wędlna 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (MLE),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2060.7 kcal; Białko ogółem: 97.23 g; Tłuszcz: 50.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.17 g; Węglowodany ogółem: 320.39 g; suma cukrów prostych: 57.4 g; Błonnik pokarmowy: 33.8 g; Sól: 10.17 g; WW: 28.83 Por; Cholesterol: 156.1 mg;

niedziela 2024-03-10		
Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (GLU), chleb razowy 50g 50 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), ser żółty 50 g (MLE), sałata zielona 8g 8 g , dżem owocowy 50 g , wędlna 30g 30 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.żurek z kefirem 400 g (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (GLU, MLE), brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 50g 50 g (GLU), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), wędlna 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,
II Śniadanie: banan 200 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (MLE),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2137.7 kcal; Białko ogółem: 98.02 g; Tłuszcz: 51.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.54 g; Węglowodany ogółem: 337.69 g; suma cukrów prostych: 90.74 g; Błonnik pokarmowy: 38.88 g; Sól: 10.18 g; WW: 30.09 Por; Cholesterol: 156.1 mg;

niedziela 2024-03-10		
Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (GLU), chleb razowy 50g 50 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), ser żółty 50 g (MLE), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , wędlna 30g 30 g ,	.żurek z kefirem 400 g (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (GLU, MLE), brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 50g 50 g (GLU), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), wędlna 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (MLE),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2060.7 kcal; Białko ogółem: 97.23 g; Tłuszcz: 50.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.17 g; Węglowodany ogółem: 320.39 g; suma cukrów prostych: 57.4 g; Błonnik pokarmowy: 33.8 g; Sól: 10.17 g; WW: 28.83 Por; Cholesterol: 156.1 mg;

niedziela 2024-03-10		
Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (GLU), chleb razowy 50g 50 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), ser żółty 50 g (MLE), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , wędlna 30g 30 g ,	.żurek z kefirem 400 g (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (GLU, MLE), brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 50g 50 g (GLU), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), wędlna 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (MLE),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2060.7 kcal; Białko ogółem: 97.23 g; Tłuszcz: 50.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.17 g; Węglowodany ogółem: 320.39 g; suma cukrów prostych: 57.4 g; Błonnik pokarmowy: 33.8 g; Sól: 10.17 g; WW: 28.83 Por; Cholesterol: 156.1 mg;

niedziela 2024-03-10		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), twaróg krajanka 70 g (MLE), dżem owocowy 50 g , wędlna 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.grysiwka z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (GLU, MLE), włoszczyzna 3 skł. gotowana 150 g (SEL), .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (GLU), masło 82% tł. 10 g (MLE), wędlna 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (MLE), banan 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1925.49 kcal; Białko ogółem: 89.79 g; Tłuszcz: 39.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.45 g; Węglowodany ogółem: 305.26 g; suma cukrów prostych: 82.24 g; Błonnik pokarmowy: 17.84 g; Sól: 6.81 g; WW: 28.97 Por; Cholesterol: 119.6 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-10			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.grysikowa z ziemiakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .brokuł gotowany 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 , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,			
II Śniadanie: banan 200 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1920.74 kcal; Białko ogółem: 91.45 g; Tłuszcz: 40.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.27 g; Węglowodany ogółem: 305.76 g; suma cukrów prostych: 85.39 g; Błonnik pokarmowy: 21.29 g; Sól: 6.68 g; WW: 28.68 Por; Cholesterol: 119.6 mg;

niedziela 2024-03-10			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>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 30g 30 g ,	.żurek z kefirem 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>),			
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g ,	Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1897.4 kcal; Białko ogółem: 112.27 g; Tłuszcz: 63.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.98 g; Węglowodany ogółem: 226.2 g; suma cukrów prostych: 25.25 g; Błonnik pokarmowy: 31.91 g; Sól: 9.01 g; WW: 19.53 Por; Cholesterol: 171.8 mg;

niedziela 2024-03-10			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>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.żurek z kefirem 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>),			
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , jabłko 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>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1958.66 kcal; Białko ogółem: 107.68 g; Tłuszcz: 61.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.23 g; Węglowodany ogółem: 258.15 g; suma cukrów prostych: 62.69 g; Błonnik pokarmowy: 42.77 g; Sól: 9.05 g; WW: 21.63 Por; Cholesterol: 171.8 mg;

niedziela 2024-03-10			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>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 50 g , kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	.żurek z kefirem 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>),			
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1917.4 kcal; Białko ogółem: 116.67 g; Tłuszcz: 63.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.98 g; Węglowodany ogółem: 226.4 g; suma cukrów prostych: 25.25 g; Błonnik pokarmowy: 31.91 g; Sól: 9.01 g; WW: 19.55 Por; Cholesterol: 171.8 mg;

niedziela 2024-03-10			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>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 30g 30 g , kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	.żurek z kefirem 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),			
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2208 kcal; Białko ogółem: 152.28 g; Tłuszcz: 74.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.46 g; Węglowodany ogółem: 239.03 g; suma cukrów prostych: 31.87 g; Błonnik pokarmowy: 32.14 g; Sól: 11.05 g; WW: 20.82 Por; Cholesterol: 259.8 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-10			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), szpinak oprószany 100 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u> </u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,	.grycikowa z ziemiakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u> </u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u> </u>), włoszczyzna 3 skl. gotowana 150 g (<u>SEL</u> , <u> </u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), wędlina 50 g , .marchew gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml , chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u> , <u> </u>),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u> , <u> </u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2016.71 kcal; Białko ogółem: 96.86 g; Tłuszcz: 49.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.61 g; Węglowodany ogółem: 305.64 g; suma cukrów prostych: 40.66 g; Błonnik pokarmowy: 23.23 g; Sól: 11.52 g; WW: 28.44 Por; Cholesterol: 119.6 mg;

niedziela 2024-03-10			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,	kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml ,	chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1007.14 kcal; Białko ogółem: 1.98 g; Tłuszcz: 43.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.9 g; Węglowodany ogółem: 149.03 g; suma cukrów prostych: 2.44 g; Błonnik pokarmowy: 1.71 g; Sól: .02 g; WW: 14.75 Por; Cholesterol: 99.2 mg;

niedziela 2024-03-10			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), szpinak oprószany 100 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u> </u>), Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> , <u> </u>),	.grycikowa z ziemiakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u> </u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u> </u>), włoszczyzna 3 skl. gotowana 150 g (<u>SEL</u> , <u> </u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), wędlina 50 g , .marchew gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u> , <u> </u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2000.21 kcal; Białko ogółem: 88.56 g; Tłuszcz: 47.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.32 g; Węglowodany ogółem: 311.49 g; suma cukrów prostych: 61.31 g; Błonnik pokarmowy: 20.93 g; Sól: 10.4 g; WW: 29.29 Por; Cholesterol: 119.6 mg;

niedziela 2024-03-10			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), szpinak oprószany 100 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u> </u>), Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> , <u> </u>),	.grycikowa z ziemiakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u> </u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u> </u>), włoszczyzna 3 skl. gotowana 150 g (<u>SEL</u> , <u> </u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), wędlina 50 g , .marchew gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,			
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u> , <u> </u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1946.21 kcal; Białko ogółem: 86.16 g; Tłuszcz: 47.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.17 g; Węglowodany ogółem: 300.09 g; suma cukrów prostych: 53.51 g; Błonnik pokarmowy: 17.63 g; Sól: 8.95 g; WW: 28.49 Por; Cholesterol: 119.6 mg;

niedziela 2024-03-10			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , wędlina 50 g ,	.żurek z kefirem 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u> </u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u> </u>), brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g , serek wiejski 200 g (<u>MLE</u> , <u> </u>),			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u> , <u> </u>),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u> , <u> </u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2362.2 kcal; Białko ogółem: 131.63 g; Tłuszcz: 62.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.33 g; Węglowodany ogółem: 327.19 g; suma cukrów prostych: 64 g; Błonnik pokarmowy: 33.8 g; Sól: 12.07 g; WW: 29.55 Por; Cholesterol: 186.1 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-10 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
Ryż na wywarze jarzynowym 200 ml (<u>SEL</u>), jaja 1 szt (<u>JAJ</u>), masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u>), Mięso drobiowe gotowane 100 g ,	.ziemniaki 50 g , Mięso drobiowe gotowane 100 g , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), olej 15 ml , .gryskowa z ziemiakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>),	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100 g , masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u>), .marchew gotowana 100 g ,
II Śniadanie: Ryż na wywarze jarzynowym 100 ml (<u>SEL</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Mięso drobiowe gotowane 50 g ,		Posiłek nocny: Ryż na wywarze jarzynowym 100 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 50 g , .ziemniaki 50 g , olej 5 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1860.75 kcal; Białko ogółem: 90.42 g; Tłuszcz: 122.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.47 g; Węglowodany ogółem: 99.86 g; suma cukrów prostych: 6.6 g; Błonnik pokarmowy: 7.5 g; Sól: 7.41 g; WW: 9.4 Por; Cholesterol: 988.86 mg;

niedziela 2024-03-10 Jadłospis dla diety: Papkowata		
Ryż na wywarze jarzynowym 200 ml (<u>SEL</u>), jaja 1 szt (<u>JAJ</u>), masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u>), Mięso drobiowe gotowane 100 g ,	.ziemniaki 150 g , Mięso drobiowe gotowane 100 g , włoszczyzna 3 skl. gotowana 150 g (<u>SEL</u>), olej 15 ml , .gryskowa z ziemiakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>),	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 100 g , masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u>), .marchew gotowana 100 g ,
II Śniadanie: Ryż na wywarze jarzynowym 100 ml (<u>SEL</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Mięso drobiowe gotowane 50 g ,		Posiłek nocny: Ryż na wywarze jarzynowym 100 ml (<u>SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane 50 g , .ziemniaki 50 g , olej 5 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1945.94 kcal; Białko ogółem: 92.53 g; Tłuszcz: 124.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.56 g; Węglowodany ogółem: 114.62 g; suma cukrów prostych: 7.21 g; Błonnik pokarmowy: 8.53 g; Sól: 7.47 g; WW: 10.77 Por; Cholesterol: 988.86 mg;

niedziela 2024-03-10 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
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>), .szpinak oprószyany 100 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,	.gryskowa z ziemiakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .pulpet drobiowy w sosie pomidorowym 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , może zawierać: <u>SEL</u>), włoszczyzna 3 skl. gotowana 150 g (<u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), .pasta z drobiu i warzyw 80 g (<u>SEL</u>), .marchew gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2022.02 kcal; Białko ogółem: 86.23 g; Tłuszcz: 63.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.28 g; Węglowodany ogółem: 283.48 g; suma cukrów prostych: 40.67 g; Błonnik pokarmowy: 21.62 g; Sól: 9.82 g; WW: 26.38 Por; Cholesterol: 194.58 mg;

niedziela 2024-03-10 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), .szpinak oprószyany 100 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),	.gryskowa z ziemiakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .pulpet drobiowy w sosie pomidorowym 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , może zawierać: <u>SEL</u>), włoszczyzna 3 skl. gotowana 150 g (<u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), .pasta z drobiu i warzyw 80 g (<u>SEL</u>), .marchew gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1920.02 kcal; Białko ogółem: 86.63 g; Tłuszcz: 57.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15 g; Węglowodany ogółem: 274.27 g; suma cukrów prostych: 48.42 g; Błonnik pokarmowy: 24.32 g; Sól: 11.27 g; WW: 25.17 Por; Cholesterol: 194.58 mg;

niedziela 2024-03-10 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 30g 30 g ,	.żurek z kefirem 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>),
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1817.9 kcal; Białko ogółem: 106.87 g; Tłuszcz: 60.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.98 g; Węglowodany ogółem: 226.2 g; suma cukrów prostych: 25.25 g; Błonnik pokarmowy: 31.91 g; Sól: 9.01 g; WW: 19.53 Por; Cholesterol: 171.8 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-10			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 50 g ,	.żurek z kefirem 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>),			
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1837.9 kcal; Białko ogółem: 111.27 g; Tłuszcz: 60.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.98 g; Węglowodany ogółem: 226.4 g; suma cukrów prostych: 25.25 g; Błonnik pokarmowy: 31.91 g; Sól: 9.01 g; WW: 19.55 Por; Cholesterol: 171.8 mg;

niedziela 2024-03-10			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 50 g , .szpinak oprószony 100 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	.grycikowa z ziemniakami b/ml 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), włoszczyzna 3 skl. gotowana 150 g (<u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 50 g , .marchew gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1909.73 kcal; Białko ogółem: 80.04 g; Tłuszcz: 47.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.59 g; Węglowodany ogółem: 299.93 g; suma cukrów prostych: 54.89 g; Błonnik pokarmowy: 20.93 g; Sól: 10.16 g; WW: 28.16 Por; Cholesterol: 58 mg;

niedziela 2024-03-10			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żyłt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , wędlina 50 g ,	.grycikowa z ziemniakami b/ml 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyłt. 70 70 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g , .pasta z drobiu i warzyw 80 g (<u>SEL</u>),			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2044.71 kcal; Białko ogółem: 97.1 g; Tłuszcz: 50.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.96 g; Węglowodany ogółem: 319.8 g; suma cukrów prostych: 58.18 g; Błonnik pokarmowy: 36.86 g; Sól: 10.37 g; WW: 28.48 Por; Cholesterol: 105.4 mg;

niedziela 2024-03-10			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA		
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>), kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	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>), Herbata czarna b/c 250 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 752.94 kcal; Białko ogółem: 21.29 g; Tłuszcz: 24.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.04 g; Węglowodany ogółem: 119.66 g; suma cukrów prostych: 16.72 g; Błonnik pokarmowy: 17.41 g; Sól: 2.54 g; WW: 10.33 Por; Cholesterol: 66.6 mg;

niedziela 2024-03-10			Jadłospis dla diety: Atopowa		
wafle ryżowe 40 g , margaryna 15 g , Pulpet z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 Por , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g (<u>MLE</u>), woda n/gaz 0,5L 1 szt ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,			
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka 300 ml ,		Posiłek nocny: płatki owsiane na wodzie 200 ml (<u>GLU</u>), Mus z jabłek b/c 150 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1626.68 kcal; Białko ogółem: 71.28 g; Tłuszcz: 40.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.02 g; Węglowodany ogółem: 251.89 g; suma cukrów prostych: 90.11 g; Błonnik pokarmowy: 45.28 g; Sól: 2.54 g; WW: 21 Por; Cholesterol: 187.83 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-10			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , wędlina 30g 30 g ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU, MLE</u>), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,			
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2023.68 kcal; Białko ogółem: 95.62 g; Tłuszcz: 71.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.67 g; Węglowodany ogółem: 256.75 g; suma cukrów prostych: 49.14 g; Błonnik pokarmowy: 8.77 g; Sól: 3.53 g; WW: 24.79 Por; Cholesterol: 171.65 mg;

niedziela 2024-03-10			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , wędlina 50 g ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU, MLE</u>), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1913.88 kcal; Białko ogółem: 81.94 g; Tłuszcz: 65.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.24 g; Węglowodany ogółem: 259.08 g; suma cukrów prostych: 50.47 g; Błonnik pokarmowy: 12.07 g; Sól: 3.62 g; WW: 24.73 Por; Cholesterol: 74.55 mg;

niedziela 2024-03-10			Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
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>), kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml ,	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>), Herbata czarna b/c 250 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 752.94 kcal; Białko ogółem: 21.29 g; Tłuszcz: 24.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.04 g; Węglowodany ogółem: 119.66 g; suma cukrów prostych: 16.72 g; Błonnik pokarmowy: 17.41 g; Sól: 2.54 g; WW: 10.33 Por; Cholesterol: 66.6 mg;

niedziela 2024-03-10			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,	kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml ,	chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1007.14 kcal; Białko ogółem: 1.98 g; Tłuszcz: 43.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.9 g; Węglowodany ogółem: 149.03 g; suma cukrów prostych: 2.44 g; Błonnik pokarmowy: 1.71 g; Sól: .02 g; WW: 14.75 Por; Cholesterol: 99.2 mg;

niedziela 2024-03-10			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 50g 50 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>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/mleka - dieta 300 ml (<u>GLU, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos koperkowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem 400 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: kakao 30 g (<u>GLU</u>), marchwianka 200 ml , chrupki kukurydziane 80 g (<u>OZI, ORZ</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1915.65 kcal; Białko ogółem: 81.03 g; Tłuszcz: 73.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.3 g; Węglowodany ogółem: 243.09 g; suma cukrów prostych: 48.24 g; Błonnik pokarmowy: 38.79 g; Sól: 7.89 g; WW: 20.66 Por; Cholesterol: 789.74 mg;

niedziela 2024-03-10			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 300 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), Ryż biały na sypko 100 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	makaron z białym serem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), Mus z jabłek b/c 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU, MLE</u>), Mus z truskawek 200 g ,		Posiłek nocny: kakao 30 g (<u>GLU</u>), chrupki kukurydziane 80 g (<u>OZI, ORZ</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1949.15 kcal; Białko ogółem: 79.39 g; Tłuszcz: 41.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.93 g; Węglowodany ogółem: 321.48 g; suma cukrów prostych: 66.51 g; Błonnik pokarmowy: 37.02 g; Sól: 6.18 g; WW: 28.69 Por; Cholesterol: 153.14 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-10			Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), kleik ryżowy na wodzie 250 ml ,	ziemniaczana 400 g (<u>SEL</u> ,), ziemniaki gotowane 200 g , marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,), Herbata czarna b/c 200 ml ,			
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,), Herbata czarna b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: marchwianka 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

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

niedziela 2024-03-10			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
kasza manna 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> ,), kawałki gotowany 100 g , kielbasa biała 120 g , ketchup saszetka 2 szt (<u>SEL</u> ,), Herbata czarna b/c 250 ml ,	rosół z makaronem 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), Ziemniaki gotowane z tłuszczem 200 g (<u>MLE</u> ,), udko z kurczaka duszone z/k z/s 200 g , marchew z groszkiem 150 g (<u>GLU</u> ,), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml ,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u> ,), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u> ,), pomidor b/skóry - ots 100 g , dżem owocowy 50 g , hummus klasyczny 1 szt (<u>SEZ</u> ,), Herbata czarna b/c 250 ml ,			
		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 250 g (<u>MLE</u> ,), rodzynek 25 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3042.78 kcal; Białko ogółem: 109.48 g; Tłuszcz: 141.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.86 g; Węglowodany ogółem: 342.39 g; suma cukrów prostych: 88.6 g; Błonnik pokarmowy: 31.14 g; Sól: 4.47 g; WW: 31.06 Por; Cholesterol: 267.93 mg;

niedziela 2024-03-10			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
kasza manna 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> ,), kawałki gotowany 100 g , kielbasa biała 120 g , ketchup saszetka 2 szt (<u>SEL</u> ,), Herbata czarna b/c 250 ml ,	rosół z makaronem 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), Ziemniaki gotowane z tłuszczem 200 g (<u>MLE</u> ,), udko z kurczaka duszone z/k z/s 200 g , brokuł gotowany 150 g , Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml ,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u> ,), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u> ,), pomidor b/skóry - ots 100 g , wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , hummus klasyczny 1 szt (<u>SEZ</u> ,), Herbata czarna b/c 250 ml ,			
		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym b/c 250 g (<u>MLE</u> ,),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2955.92 kcal; Białko ogółem: 128.38 g; Tłuszcz: 152.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.16 g; Węglowodany ogółem: 276.79 g; suma cukrów prostych: 48.88 g; Błonnik pokarmowy: 26.74 g; Sól: 4.17 g; WW: 24.93 Por; Cholesterol: 267.93 mg;

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

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

niedziela 2024-03-10			Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

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

niedziela 2024-03-10			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.tł.nas.ogółem: 1.55 g; Węglowodany ogółem: 274.64 g; suma cukrów prostych: .35 g; Błonnik pokarmowy: 10.59 g; Sól: .57 g; WW: 26.39 Por; Cholesterol: 0 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-10			Jadłospis dla diety: Ściśta 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.tł.nas.ogółem: 2.27 g; Węglowodany ogółem: 242.19 g; suma cukrów prostych: 5.25 g; Błonnik pokarmowy: 12.57 g; Sól: 1.09 g; WW: 23.02 Por; Cholesterol: 69.05 mg;

niedziela 2024-03-10			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 kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym 300 ml (<u>MLE</u> ,), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u> ,),			

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

niedziela 2024-03-10			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. 10 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. 10 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.: 2265.02 kcal; Białko ogółem: 80.03 g; Tłuszcz: 66.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.17 g; Węglowodany ogółem: 259.62 g; suma cukrów prostych: 25.93 g; Błonnik pokarmowy: 27.18 g; Sól: 7.31 g; WW: 23.33 Por; Cholesterol: 465.79 mg;

niedziela 2024-03-10			Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
wafle ryżowe 40 g , margaryna 15 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 15 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.: 1576.6 kcal; Białko ogółem: 58.54 g; Tłuszcz: 46.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.44 g; Węglowodany ogółem: 236.8 g; suma cukrów prostych: 19.29 g; Błonnik pokarmowy: 14.63 g; Sól: 1.44 g; WW: 22.46 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

niedziela 2024-03-10			Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), twarożek 100 g (<u>MLE</u> ,), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g (<u>MLE</u> ,), woda n/gaz 0,5L 1 szt ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,			
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka 300 ml ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u> ,),			

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

niedziela 2024-03-10			Jadłospis dla diety: Niemowlęca papkowata (0-1 lat)		
chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,),	kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), Herbata czarna b/c 250 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 529.94 kcal; Białko ogółem: 15.79 g; Tłuszcz: 21.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 13.64 g; Węglowodany ogółem: 68.96 g; suma cukrów prostych: 12.62 g; Błonnik pokarmowy: 4.41 g; Sól: 1.38 g; WW: 6.53 Por; Cholesterol: 65.6 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-10			Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
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>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , wędlina 30g 30 g ,	.żurek z kefirem 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .brokuł gotowany 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 , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2268.54 kcal; Białko ogółem: 101.63 g; Tłuszcz: 60.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.84 g; Węglowodany ogółem: 349.64 g; suma cukrów prostych: 61.64 g; Błonnik pokarmowy: 38.91 g; Sól: 10.83 g; WW: 31.28 Por; Cholesterol: 181.4 mg;

niedziela 2024-03-10			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.grysiwka z ziemiakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), włoszczyzna 3 skł. gotowana 150 g (<u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2018.23 kcal; Białko ogółem: 92.45 g; Tłuszcz: 48.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.69 g; Węglowodany ogółem: 308.1 g; suma cukrów prostych: 51.69 g; Błonnik pokarmowy: 14.68 g; Sól: 7.16 g; WW: 29.57 Por; Cholesterol: 144.4 mg;

niedziela 2024-03-10			Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej		
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>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , wędlina 30g 30 g ,	.żurek z kefirem 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .brokuł gotowany 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 , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2268.54 kcal; Białko ogółem: 101.63 g; Tłuszcz: 60.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.84 g; Węglowodany ogółem: 349.64 g; suma cukrów prostych: 61.64 g; Błonnik pokarmowy: 38.91 g; Sól: 10.83 g; WW: 31.28 Por; Cholesterol: 181.4 mg;

niedziela 2024-03-10			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>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 30g 30 g ,	.żurek z kefirem 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g ,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>),			
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1806.68 kcal; Białko ogółem: 105.94 g; Tłuszcz: 60.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.95 g; Węglowodany ogółem: 224.44 g; suma cukrów prostych: 25.3 g; Błonnik pokarmowy: 31.48 g; Sól: 7.25 g; WW: 19.44 Por; Cholesterol: 171.8 mg;

niedziela 2024-03-10			Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
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>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , wędlina 50 g ,	.żurek z kefirem 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 250 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .brokuł gotowany 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 , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),			
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2316.99 kcal; Białko ogółem: 127.06 g; Tłuszcz: 59.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.33 g; Węglowodany ogółem: 335.57 g; suma cukrów prostych: 65.33 g; Błonnik pokarmowy: 35.42 g; Sól: 12.08 g; WW: 30.24 Por; Cholesterol: 186.1 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-10		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA	
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), 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 , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , wędlina 30g 30 g ,	.żurek z kefirem 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Risotto wegetariańskie 400 g (<u>SEL</u>), .brokuł gotowany 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2437.6 kcal; Białko ogółem: 95.85 g; Tłuszcz: 67.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.86 g; Węglowodany ogółem: 378.3 g; suma cukrów prostych: 65.44 g; Błonnik pokarmowy: 36.43 g; Sól: 12.6 g; WW: 34.34 Por; Cholesterol: 128.1 mg;

niedziela 2024-03-10		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA	
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 50 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml ,	chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 50 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 705.34 kcal; Białko ogółem: 14.32 g; Tłuszcz: 28.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: .72 g; Węglowodany ogółem: 107.57 g; suma cukrów prostych: 6.8 g; Błonnik pokarmowy: 17.41 g; Sól: 2.32 g; WW: 9.11 Por; Cholesterol: 1 mg;