

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Koszty ogólne Zarządu-Prac. Gosp. i Magazyny w Policach		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-03-11</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , dżem owocowy szt. 25 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.barszcz czerwony zabieleny 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ryż 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .klopsy drobiowe w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 130 g ,	chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g ( <u>GLU</u> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),
		<b>Posiłek nocny:</b> 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.: 2204.7 kcal; Białko ogółem: 85.52 g; Tłuszcz: 64.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.57 g; Węglowodany ogółem: 339.78 g; suma cukrów prostych: 54.54 g; Błonnik pokarmowy: 40.18 g; Sól: 9.07 g; WW: 30.14 Por; Cholesterol: 201.13 mg;

<b>poniedziałek 2024-03-11</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , dżem owocowy szt. 25 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.barszcz czerwony zabieleny 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ryż 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .klopsy drobiowe w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 130 g ,	chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g ( <u>GLU</u> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> 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.: 2322.12 kcal; Białko ogółem: 92.34 g; Tłuszcz: 67.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.37 g; Węglowodany ogółem: 355.91 g; suma cukrów prostych: 66.45 g; Błonnik pokarmowy: 41.34 g; Sól: 9.31 g; WW: 31.61 Por; Cholesterol: 213.13 mg;

<b>poniedziałek 2024-03-11</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych</b>		
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , dżem owocowy szt. 25 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.barszcz czerwony zabieleny 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ryż 200 g , sos pomidorowy 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .klopsy drobiowe w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), cukinia gotowana 150 g ,	chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g ( <u>GLU</u> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), .marchew gotowana 100 g ,
<b>II Śniadanie:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , miód 2 szt. 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2500.47 kcal; Białko ogółem: 91.13 g; Tłuszcz: 73.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.84 g; Węglowodany ogółem: 378.8 g; suma cukrów prostych: 53.58 g; Błonnik pokarmowy: 38.77 g; Sól: 15.5 g; WW: 34.22 Por; Cholesterol: 202.01 mg;

<b>poniedziałek 2024-03-11</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca</b>		
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , dżem owocowy szt. 25 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ),	.barszcz czerwony zabieleny 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ryż 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .klopsy drobiowe w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 130 g ,	chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g ( <u>GLU</u> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> 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.: 2330.12 kcal; Białko ogółem: 93.84 g; Tłuszcz: 66.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.27 g; Węglowodany ogółem: 356.01 g; suma cukrów prostych: 65.55 g; Błonnik pokarmowy: 36.34 g; Sól: 9.41 g; WW: 32.11 Por; Cholesterol: 213.13 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , dżem 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),	.barszcz czerwony zabieleny 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ryż 200 g , sos pomidorowy 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .klopsy drobiowe w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), , cukinia gotowana 150 g ,	Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , salata zielona 8g 8 g , chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2180.97 kcal; Białko ogółem: 98.34 g; Tłuszcz: 64.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.22 g; Węglowodany ogółem: 321.1 g; suma cukrów prostych: 55.39 g; Błonnik pokarmowy: 17.86 g; Sól: 11.85 g; WW: 30.49 Por; Cholesterol: 212.51 mg;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , dżem 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),	.barszcz czerwony zabieleny 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ryż 200 g , sos pomidorowy 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .klopsy drobiowe w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), , cukinia gotowana 150 g ,	Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , salata zielona 8g 8 g , chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2270.97 kcal; Białko ogółem: 104.79 g; Tłuszcz: 67.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.01 g; Węglowodany ogółem: 330.4 g; suma cukrów prostych: 61.69 g; Błonnik pokarmowy: 17.86 g; Sól: 12.09 g; WW: 31.39 Por; Cholesterol: 224.51 mg;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	.barszcz czerwony zabieleny 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ryż 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .klopsy drobiowe w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), , surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 130 g ,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 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.: 2057.21 kcal; Białko ogółem: 86.01 g; Tłuszcz: 72.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.63 g; Węglowodany ogółem: 272.07 g; suma cukrów prostych: 30.75 g; Błonnik pokarmowy: 34.98 g; Sól: 8.65 g; WW: 23.84 Por; Cholesterol: 227.23 mg;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	.barszcz czerwony zabieleny 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ryż 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .klopsy drobiowe w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), , surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 130 g ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok owocowy 200ml 200 g , twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), mandarynka 100 g ,		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 ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2253.53 kcal; Białko ogółem: 93.33 g; Tłuszcz: 73.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.8 g; Węglowodany ogółem: 322.87 g; suma cukrów prostych: 58.84 g; Błonnik pokarmowy: 39.74 g; Sól: 9.16 g; WW: 28.43 Por; Cholesterol: 227.63 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	.barszcz czerwony zabieleny 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ryż 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .klopsy drobiowe w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 130 g ,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 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.: 2220.89 kcal; Białko ogółem: 92.95 g; Tłuszcz: 67.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.01 g; Węglowodany ogółem: 322.81 g; suma cukrów prostych: 33.89 g; Błonnik pokarmowy: 42.98 g; Sól: 9.92 g; WW: 28.13 Por; Cholesterol: 205.91 mg;

poniedziałek 2024-03-11			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	.barszcz czerwony zabieleny 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ryż 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .klopsy drobiowe w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 130 g ,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g ,	Podwieczorek: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2415.96 kcal; Białko ogółem: 108.8 g; Tłuszcz: 94.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.06 g; Węglowodany ogółem: 302.39 g; suma cukrów prostych: 35.53 g; Błonnik pokarmowy: 39.15 g; Sól: 9.47 g; WW: 26.52 Por; Cholesterol: 308.03 mg;

poniedziałek 2024-03-11			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu
wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ),	.barszcz czerwony zabieleny 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ryż 200 g , sos pomidorowy 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .klopsy drobiowe w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), cukinia gotowana 150 g ,	Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), .marchew gotowana 100 g ,	
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2224.37 kcal; Białko ogółem: 108.67 g; Tłuszcz: 59.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.69 g; Węglowodany ogółem: 327.42 g; suma cukrów prostych: 38.87 g; Błonnik pokarmowy: 21.83 g; Sól: 14.41 g; WW: 30.8 Por; Cholesterol: 162.91 mg;

poniedziałek 2024-03-11			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa
chleb niskobiałkowy PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 30g 30 g ,	kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , .barszcz czerwony zabieleny 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .klopsy drobiowe w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .ryż 250 g , cukinia gotowana 150 g ,	chleb niskobiałkowy PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , .marchew gotowana 100 g , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),	
II Śniadanie: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), woszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2603.11 kcal; Białko ogółem: 70.91 g; Tłuszcz: 109.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.36 g; Węglowodany ogółem: 344.75 g; suma cukrów prostych: 25.4 g; Błonnik pokarmowy: 15.39 g; Sól: 10.9 g; WW: 33.06 Por; Cholesterol: 286.91 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, dżem 2 szt. 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml, chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),	.barszcz czerwony zabieleny 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryż 200 g, sos pomidorowy 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 g, klopsy drobiowe w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), cukinia gotowana 150 g,	Herbata czarna z/c 400 ml, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), marchew gotowana 100 g,			
		Posiłek nocny: wędlina 30g 30 g, chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), miód 25 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2219.12 kcal; Białko ogółem: 98.16 g; Tłuszcz: 58.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.74 g; Węglowodany ogółem: 344.33 g; suma cukrów prostych: 57.8 g; Błonnik pokarmowy: 19.4 g; Sól: 13.93 g; WW: 32.69 Por; Cholesterol: 187.71 mg;

poniedziałek 2024-03-11			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, dżem 2 szt. 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml, chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),	.barszcz czerwony zabieleny 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryż 200 g, sos porzeczek czarnych 250 g, cukinia gotowana 150 g, Klopsik drobiowy z udźca 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),	Herbata czarna z/c 400 ml, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), marchew gotowana 100 g,			
		Posiłek nocny: masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), miód 25 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2187.91 kcal; Białko ogółem: 91.39 g; Tłuszcz: 65.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.53 g; Węglowodany ogółem: 328.66 g; suma cukrów prostych: 54.51 g; Błonnik pokarmowy: 18.21 g; Sól: 13.95 g; WW: 31.25 Por; Cholesterol: 248.52 mg;

poniedziałek 2024-03-11			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, dżem owocowy szt. 25 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),	.barszcz czerwony zabieleny 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryż 200 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 g, klopsy drobiowe w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 130 g,	chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), mandarynka 100 g,		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.: 2478.12 kcal; Białko ogółem: 110.34 g; Tłuszcz: 79.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.39 g; Węglowodany ogółem: 351.11 g; suma cukrów prostych: 63.15 g; Błonnik pokarmowy: 41.34 g; Sól: 9.25 g; WW: 31.21 Por; Cholesterol: 256.63 mg;

poniedziałek 2024-03-11			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	płynna - obiad 600 ml,	płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),			

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

poniedziałek 2024-03-11			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;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy szt. 25g, Herbata czarna z/c 400ml, chleb pszenny krojony 120g 120g ( <u>GLU</u> ), twaróg krajanka 100g 100g ( <u>MLE</u> ), ryż na wywarze jarzynowym 300ml ( <u>SEL</u> ),	.barszcz czerwony zabieleny 400g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryż 200g, sos pomidorowy 150ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250g, klopsy drobiowe w sosie 85g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), cukinia gotowana 150g,	Herbata czarna z/c 400ml, masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120g ( <u>GLU</u> ), serek homogenizowany nat. 150g ( <u>MLE</u> ), marchew gotowana 100g, ryż na wywarze jarzynowym 300ml ( <u>SEL</u> ),			
		Posiłek nocny: masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 50g 50g ( <u>GLU</u> ), miód 25g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2619.67 kcal; Białko ogółem: 102.86 g; Tłuszcz: 85.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.06 g; Węglowodany ogółem: 379.07 g; suma cukrów prostych: 48.71 g; Błonnik pokarmowy: 20.4 g; Sól: 13.93 g; WW: 36.14 Por; Cholesterol: 212.51 mg;

poniedziałek 2024-03-11			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400ml, chleb pszenny krojony 120g 120g ( <u>GLU</u> ), twaróg krajanka 100g 100g ( <u>MLE</u> ), ryż na wywarze jarzynowym 300ml ( <u>SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 100g ( <u>GLU</u> ),	.barszcz czerwony zabieleny 400g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryż 200g, sos pomidorowy 150ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250g, klopsy drobiowe w sosie 85g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), cukinia gotowana 150g,	Herbata czarna z/c 400ml, masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120g ( <u>GLU</u> ), serek homogenizowany nat. 150g ( <u>MLE</u> ), marchew gotowana 100g, ryż na wywarze jarzynowym 300ml ( <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 50g 50g ( <u>GLU</u> ), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2722.57 kcal; Białko ogółem: 112.56 g; Tłuszcz: 96.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.57 g; Węglowodany ogółem: 359.79 g; suma cukrów prostych: 38.94 g; Błonnik pokarmowy: 22.22 g; Sól: 14.17 g; WW: 34 Por; Cholesterol: 212.51 mg;

poniedziałek 2024-03-11			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), wędlna 50g, ogórek świeży 100g, chleb razowy 100g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 400ml,	.barszcz czerwony zabieleny 400g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryż 200g, sos pomidorowy 100ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250g, klopsy drobiowe w sosie 85g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 130g,	chleb razowy 100g ( <u>GLU</u> ), ser topiony 50g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100g, masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), wędlna 30g 30g, sałata zielona 8g 8g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1913.11 kcal; Białko ogółem: 83.84 g; Tłuszcz: 64.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 256.76 g; suma cukrów prostych: 29.73 g; Błonnik pokarmowy: 32.58 g; Sól: 8.27 g; WW: 22.54 Por; Cholesterol: 202.13 mg;

poniedziałek 2024-03-11			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), wędlna 50g, ogórek świeży 150g 150g, chleb razowy 120g 120g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 400ml,	.barszcz czerwony zabieleny 400g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryż 200g, sos pomidorowy 100ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250g, klopsy drobiowe w sosie 85g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 130g,	chleb razowy 120g 120g ( <u>GLU</u> ), ser topiony 50g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 150g, masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), kefir 1szt. 150g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), wędlna 30g 30g, sałata zielona 8g 8g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2182.34 kcal; Białko ogółem: 90.29 g; Tłuszcz: 73.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.83 g; Węglowodany ogółem: 299.31 g; suma cukrów prostych: 36.66 g; Błonnik pokarmowy: 40.14 g; Sól: 9.19 g; WW: 26.1 Por; Cholesterol: 227.63 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
wędlina 50 g , dżem 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g ,	.ryż 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , cukinia gotowana 150 g , .klopsy drobiowe b/glut, b/ml 85 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , .barszcz czerwony b/glut, b/ml 400 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ),	Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), .marchew gotowana 100 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g ,			
					Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), miód 25 g , margaryna 15 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2089.87 kcal; Białko ogółem: 78.96 g; Tłuszcz: 61.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.36 g; Węglowodany ogółem: 318.16 g; suma cukrów prostych: 54.21 g; Błonnik pokarmowy: 19.04 g; Sól: 13.52 g; WW: 30.09 Por; Cholesterol: 79.98 mg;

poniedziałek 2024-03-11			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żytni 70 70 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g ,	.ryż 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 130 g , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , .klopsy drobiowe b/glut, b/ml 85 g ( <u>JAJ</u> ), .barszcz czerwony b/glut, b/ml 400 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ),	chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żytni 70 70 g ( <u>GLU</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ),			
					Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2098.61 kcal; Białko ogółem: 94.07 g; Tłuszcz: 61.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.34 g; Węglowodany ogółem: 311.82 g; suma cukrów prostych: 45.27 g; Błonnik pokarmowy: 39.89 g; Sól: 8.34 g; WW: 27.51 Por; Cholesterol: 637.03 mg;

poniedziałek 2024-03-11			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA		
chleb razowy 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 17 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 60 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 17 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 798.92 kcal; Białko ogółem: 19.98 g; Tłuszcz: 35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.24 g; Węglowodany ogółem: 108.23 g; suma cukrów prostych: 16.88 g; Błonnik pokarmowy: 15.93 g; Sól: 2.39 g; WW: 9.32 Por; Cholesterol: 99.88 mg;

poniedziałek 2024-03-11			Jadłospis dla diety: Atopowa		
wafle ryżowe 40 g , margaryna sztukowa 15g 2 szt , filet z indyka gotowany 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	kałafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g ( <u>GLU</u> ), woda n/gaz 0,5L 1 szt , surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , kasza jaglana na wodzie 200 ml ,	wafle ryżowe 40 g , margaryna sztukowa 15g 2 szt , 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.: 2058.28 kcal; Białko ogółem: 69.45 g; Tłuszcz: 69.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 12.03 g; Węglowodany ogółem: 298.32 g; suma cukrów prostych: 68.72 g; Błonnik pokarmowy: 42.59 g; Sól: 1.75 g; WW: 25.56 Por; Cholesterol: 148.47 mg;

poniedziałek 2024-03-11			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , chleb bezglutenowy 30g 30 g ,	.ryż 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 130 g , .barszcz czerwony b/glut, b/ml 400 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), .klopsy drobiowe b/glut, b/ml 85 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml ,	ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), chleb bezglutenowy 120g 120 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.: 2027.66 kcal; Białko ogółem: 81.18 g; Tłuszcz: 86.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.94 g; Węglowodany ogółem: 240.88 g; suma cukrów prostych: 38.35 g; Błonnik pokarmowy: 12.49 g; Sól: 4.87 g; WW: 22.92 Por; Cholesterol: 197.88 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g ,	.ryż 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 130 g , .barszcz czerwony b/glut, b/ml 400 g ( <b>SEL, może zawierać: GOR,</b> ) , .klopsy drobiowe b/glut, b/ml 85 g ( <b>JAJ,</b> ) , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml ,	papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <b>JAJ,</b> ) , margaryna 15 g ,			
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30g 30 g , wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , margaryna 15 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2107.41 kcal; Białko ogółem: 91.2 g; Tłuszcz: 96.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.09 g; Węglowodany ogółem: 229.93 g; suma cukrów prostych: 37.67 g; Błonnik pokarmowy: 12.49 g; Sól: 4.36 g; WW: 21.94 Por; Cholesterol: 635.53 mg;

poniedziałek 2024-03-11			Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU,</b> ) , chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <b>GLU,</b> ) , masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE,</b> ) , dżem owocowy szt. 25 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.barszcz czerwony zabieleny 400 g ( <b>MLE, SEL, może zawierać: GOR,</b> ) , .ryż 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, MLE, może zawierać: SEL,</b> ) , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 130 g , Kotlety sojowe 100 g ( <b>GLU, SOJ, MLE,</b> ) ,	chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU,</b> ) , chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <b>GLU,</b> ) , ser topiony 50 g ( <b>MLE,</b> ) , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE,</b> ) ,			
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU,</b> ) , masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE,</b> ) , sałata zielona 8g 8 g , serek homogenizowany nat. 150 g ( <b>MLE,</b> ) ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2193.54 kcal; Białko ogółem: 85.51 g; Tłuszcz: 68.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.46 g; Węglowodany ogółem: 333.97 g; suma cukrów prostych: 57.42 g; Błonnik pokarmowy: 39.41 g; Sól: 8.97 g; WW: 29.67 Por; Cholesterol: 176.65 mg;

poniedziałek 2024-03-11			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb niskobiałkowy PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) , Herbata czarna b/c 250 ml ,	kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb niskobiałkowy PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <b>MLE,</b> ) , 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: 21.91 g; Węglowodany ogółem: 149.03 g; suma cukrów prostych: 2.44 g; Błonnik pokarmowy: 1.71 g; Sól: .03 g; WW: 14.75 Por; Cholesterol: 99.2 mg;

poniedziałek 2024-03-11			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 75 g ( <b>GLU,</b> ) , masło 82% tł. 5 g ( <b>MLE,</b> ) , jogurt naturalny b/l 1 szt ( <b>MLE,</b> ) , jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <b>SEL,</b> ) , ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ) , sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <b>GLU,</b> ) , marchewka gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 75 g ( <b>GLU,</b> ) , masło 82% tł. 5 g ( <b>MLE,</b> ) , pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel z jagód b/c 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,			<b>Posiłek nocny:</b> kakao 30 g ( <b>GLU,</b> ) , zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <b>SEL,</b> ) ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1955.7 kcal; Białko ogółem: 67.3 g; Tłuszcz: 50.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.98 g; Węglowodany ogółem: 229.41 g; suma cukrów prostych: 39.25 g; Błonnik pokarmowy: 31.18 g; Sól: 3.61 g; WW: 19.97 Por; Cholesterol: 208.2 mg;

poniedziałek 2024-03-11			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
kasza manna na mleku 300 g ( <b>GLU, MLE,</b> ) , jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	potrawka z makaronem drobnym- dieta b/ml 300 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: SEL,</b> ) , ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g ( <b>GLU, SEL,</b> ) , surówka z marchwi i jabłka - dieta 100 g ( <b>MLE,</b> ) , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 75 g ( <b>GLU,</b> ) , masło 82% tł. 17 g ( <b>MLE,</b> ) , jaja 2 szt ( <b>JAJ,</b> ) , sałata zielona masłowa 20 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
<b>II Śniadanie:</b> chleb pszenny krojony 75 g ( <b>GLU,</b> ) , masło 82% tł. 17 g ( <b>MLE,</b> ) , Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <b>SEL,</b> ) , dynia gotowana 100 g , sałata zielona masłowa 20 g ,			<b>Posiłek nocny:</b> Kisiel z jagód b/c 200 ml , kakao 30 g ( <b>GLU,</b> ) ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2034.02 kcal; Białko ogółem: 92.26 g; Tłuszcz: 76.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.17 g; Węglowodany ogółem: 247.92 g; suma cukrów prostych: 50.98 g; Błonnik pokarmowy: 31.43 g; Sól: 4.33 g; WW: 21.95 Por; Cholesterol: 847.48 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11			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.ł.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;

poniedziałek 2024-03-11			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
płatki jęczmienne na mleku 400 g ( <u>GLU, MLE</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), ser fromage 80g 1 szt ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , miód 25g 2 szt , Herbata czarna b/c 250 ml , jaja 2 szt ( <u>JAJ</u> ),		barszcz biały z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g ( <u>GLU, SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,		chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,	
			Posiłek nocny: Kisiel z czarnej porzeczki z/c 250 ml , herbatniki pakowane po 100g 1 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, S02, może zawierać: JAJ, ORZ, SEZ</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3373.7 kcal; Białko ogółem: 132.76 g; Tłuszcz: 119.57 g; Kw.ł.nas.ogółem: 40.09 g; Węglowodany ogółem: 451.58 g; suma cukrów prostych: 103.04 g; Błonnik pokarmowy: 45.88 g; Sól: 6.52 g; WW: 40.81 Por; Cholesterol: 942.16 mg;

poniedziałek 2024-03-11			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
płatki jęczmienne na mleku 400 g ( <u>GLU, MLE</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), ser fromage 80g 1 szt ( <u>MLE</u> ), ser żółty plastry - 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ), marchewki słupki - gotowane 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , jaja 2 szt ( <u>JAJ</u> ),		barszcz biały z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g ( <u>GLU, SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,		chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,	
			Posiłek nocny: Kisiel z czarnej porzeczki b/c 250 ml ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2991.21 kcal; Białko ogółem: 152.42 g; Tłuszcz: 131.04 g; Kw.ł.nas.ogółem: 52.11 g; Węglowodany ogółem: 312.37 g; suma cukrów prostych: 35.59 g; Błonnik pokarmowy: 32.61 g; Sól: 8.08 g; WW: 28.06 Por; Cholesterol: 971.16 mg;

poniedziałek 2024-03-11			Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu		
chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 17 g ( <u>MLE</u> ), wędlina drobiowa 2 50 g ,		chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 17 g ( <u>MLE</u> ), wędlina drobiowa 2 50 g ,		chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 17 g ( <u>MLE</u> ), wędlina drobiowa 2 50 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 911.07 kcal; Białko ogółem: 46.1 g; Tłuszcz: 44.86 g; Kw.ł.nas.ogółem: 27.82 g; Węglowodany ogółem: 83.3 g; suma cukrów prostych: 1.05 g; Błonnik pokarmowy: 4.05 g; Sól: 1.71 g; WW: 8 Por; Cholesterol: 124.02 mg;

poniedziałek 2024-03-11			Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,		kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,		kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1103.1 kcal; Białko ogółem: 30.93 g; Tłuszcz: 11.54 g; Kw.ł.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;

poniedziałek 2024-03-11			Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,		kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,		kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, 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.ł.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

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Ściśła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, _</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, _</u> ),	grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, _</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU, 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;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE, _</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ),	Kisiel z jagód b/c 200 ml , serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE, _</u> ),
II Śniadanie: jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE, _</u> ),		Posiłek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym 300 ml ( <u>MLE, _</u> ), jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE, _</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 971.2 kcal; Białko ogółem: 60.68 g; Tłuszcz: 35.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.24 g; Węglowodany ogółem: 114.69 g; suma cukrów prostych: 50.66 g; Błonnik pokarmowy: 5.68 g; Sól: 2.17 g; WW: 10.88 Por; Cholesterol: 155.71 mg;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem 400 g ( <u>MLE, _</u> ), chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE, _</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL, _</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,	grysikowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> ), sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ), marchewka gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE, _</u> ), jabłko pieczone 150 g , wędlina drobiowa 2 60 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u> ), kakao 30 g ( <u>GLU, _</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c 200 ml , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2032.21 kcal; Białko ogółem: 75.9 g; Tłuszcz: 51.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.28 g; Węglowodany ogółem: 234.91 g; suma cukrów prostych: 44.17 g; Błonnik pokarmowy: 34.52 g; Sól: 2.9 g; WW: 20.17 Por; Cholesterol: 209.39 mg;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
wafle ryżowe 40 g , margaryna sztukowa 15g 2 szt , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 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 sztukowa 15g 2 szt , ogórek świeży 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.: 1613.26 kcal; Białko ogółem: 58.92 g; Tłuszcz: 49.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.96 g; Węglowodany ogółem: 238.33 g; suma cukrów prostych: 20.19 g; Błonnik pokarmowy: 14.93 g; Sól: 1.55 g; WW: 22.58 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

poniedziałek 2024-03-11 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 15 g ( <u>MLE, _</u> ), jaja 2 szt ( <u>JAJ, _</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany pszenno-żytni 75 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 pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 15 g ( <u>MLE, _</u> ), filet z indyka gotowany 100 g , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2031.36 kcal; Białko ogółem: 78.73 g; Tłuszcz: 76.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.15 g; Węglowodany ogółem: 272.44 g; suma cukrów prostych: 86.56 g; Błonnik pokarmowy: 48.49 g; Sól: 4.12 g; WW: 22.6 Por; Cholesterol: 805.9 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11		Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny
	.barszcz czerwony zabieleny 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ryż 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .klopsy drobiowe w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 130 g , chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1019.55 kcal; Białko ogółem: 41.85 g; Tłuszcz: 19.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.15 g; Węglowodany ogółem: 175.94 g; suma cukrów prostych: 18.3 g; Błonnik pokarmowy: 18.5 g; Sól: 5.02 g; WW: 15.84 Por; Cholesterol: 81.73 mg;

poniedziałek 2024-03-11		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.: 2031.36 kcal; Białko ogółem: 78.73 g; Tłuszcz: 76.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.15 g; Węglowodany ogółem: 272.44 g; suma cukrów prostych: 86.56 g; Błonnik pokarmowy: 48.49 g; Sól: 4.12 g; WW: 22.6 Por; Cholesterol: 805.9 mg;

poniedziałek 2024-03-11		Jadłospis dla diety: Niemowlęca papkowata (0-1 lat)
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 200 ml , chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ),	.barszcz czerwony zabieleny 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ryż 100 g , sos pomidorowy 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .klopsy drobiowe w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), cukinia gotowana 150 g ,	Herbata czarna z/c 200 ml , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), .marchew gotowana 100 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), miód 25 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1704.39 kcal; Białko ogółem: 79.98 g; Tłuszcz: 59.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.03 g; Węglowodany ogółem: 228.4 g; suma cukrów prostych: 52.56 g; Błonnik pokarmowy: 13.48 g; Sól: 10.81 g; WW: 21.61 Por; Cholesterol: 199.71 mg;

poniedziałek 2024-03-11		Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	.barszcz czerwony zabieleny 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ryż 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .klopsy drobiowe w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 130 g ,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 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.: 2057.21 kcal; Białko ogółem: 86.01 g; Tłuszcz: 72.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.63 g; Węglowodany ogółem: 272.07 g; suma cukrów prostych: 30.75 g; Błonnik pokarmowy: 34.98 g; Sól: 8.65 g; WW: 23.84 Por; Cholesterol: 227.23 mg;

poniedziałek 2024-03-11		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji
chleb pszenny krojony 75 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 17 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 75 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 17 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 758.72 kcal; Białko ogółem: 20.13 g; Tłuszcz: 33.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.09 g; Węglowodany ogółem: 96.2 g; suma cukrów prostych: 12.95 g; Błonnik pokarmowy: 5.76 g; Sól: 1.95 g; WW: 9.14 Por; Cholesterol: 98.68 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11		Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej	
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100 g, ogórek świeży 100 g, chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	.barszcz czerwony zabieleny 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryż 200 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 g, klopsy drobiowe w sosie 170 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 130 g,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), ser topiony 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), kefir 1szt. 150g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30g, sałata zielona 8g 8g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2497.11 kcal; Białko ogółem: 126.78 g; Tłuszcz: 95.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.62 g; Węglowodany ogółem: 291.48 g; suma cukrów prostych: 31.37 g; Błonnik pokarmowy: 35.75 g; Sól: 10.08 g; WW: 25.71 Por; Cholesterol: 350.71 mg;

poniedziałek 2024-03-11		Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police	
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek świeży 100 g, chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	.barszcz czerwony zabieleny 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryż 200 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 g, klopsy drobiowe w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 130 g,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), papryka świeża 100 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ),	
II Śniadanie: kefir 1szt. 150g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30g, sałata zielona 8g 8g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1995.7 kcal; Białko ogółem: 97.21 g; Tłuszcz: 65.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.68 g; Węglowodany ogółem: 260.87 g; suma cukrów prostych: 31.81 g; Błonnik pokarmowy: 33.69 g; Sól: 7.78 g; WW: 22.96 Por; Cholesterol: 714.18 mg;

poniedziałek 2024-03-11		Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego	
chleb razowy 50g 50g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyty 70 70g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100g, dżem owocowy szt. 25g, ogórek świeży 100g, Herbata czarna z/c 400 ml,	.barszcz czerwony zabieleny 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryż 200 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 g, klopsy drobiowe w sosie 170 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 130 g,	chleb razowy 50g 50g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyty 70 70g ( <u>GLU</u> ), ser topiony 100g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100g, Herbata czarna z/c 400 ml, masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ),	
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30g, sałata zielona 8g 8g, kompot z porzeczek czarnych 250g, kefir 1szt. 150g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2731.3 kcal; Białko ogółem: 131.87 g; Tłuszcz: 89.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.56 g; Węglowodany ogółem: 361.29 g; suma cukrów prostych: 56.18 g; Błonnik pokarmowy: 42.05 g; Sól: 10.5 g; WW: 32.11 Por; Cholesterol: 324.61 mg;

poniedziałek 2024-03-11		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA	
chleb razowy 50g 50g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyty 70 70g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy szt. 25g, ogórek świeży 100g, Herbata czarna z/c 400 ml,	.barszcz czerwony zabieleny 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryż 200 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 g, surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 130 g, Kotletry sojowe 100g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ),	chleb razowy 50g 50g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyty 70 70g ( <u>GLU</u> ), ser topiony 50g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100g, Herbata czarna z/c 400 ml, masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ),	
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, serek homogenizowany nat. 150g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2193.54 kcal; Białko ogółem: 85.51 g; Tłuszcz: 68.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.46 g; Węglowodany ogółem: 333.97 g; suma cukrów prostych: 57.42 g; Błonnik pokarmowy: 39.41 g; Sól: 8.97 g; WW: 29.67 Por; Cholesterol: 176.65 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-11		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), dżem owocowy szt. 25 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g ,	.barszcz czerwony b/glut, b/ml 400 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ryż 200 g , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 130 g , Kotlety sojowe b/ml 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ),	chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ),
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), sałata zielona 8g 8 g , margaryna 15 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2268.45 kcal; Białko ogółem: 67.24 g; Tłuszcz: 78.12 g; Kw.łt.nas.ogółem: 4.48 g; Węglowodany ogółem: 338.2 g; suma cukrów prostych: 54.52 g; Błonnik pokarmowy: 40.09 g; Sól: 7.75 g; WW: 30.04 Por; Cholesterol: 1.5 mg;

poniedziałek 2024-03-11		Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , dżem owocowy szt. 25 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ),	.barszcz czerwony zabieleny 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ryż 200 g , sos pomidorowy 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .klopsy drobiowe w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), , cukinia gotowana 150 g ,	ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), .marchew gotowana 100 g , chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , miód 2 szt. 50 g , chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2298.97 kcal; Białko ogółem: 87.88 g; Tłuszcz: 69.97 g; Kw.łt.nas.ogółem: 27.34 g; Węglowodany ogółem: 329.95 g; suma cukrów prostych: 47.23 g; Błonnik pokarmowy: 18.12 g; Sól: 14.35 g; WW: 31.37 Por; Cholesterol: 200.51 mg;

poniedziałek 2024-03-11		Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ),	.barszcz czerwony zabieleny 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ryż 200 g , sos pomidorowy 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .klopsy drobiowe w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), , cukinia gotowana 150 g ,	ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), .marchew gotowana 100 g , chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 300 ml ,	<b>Posiłek nocny:</b> masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2328.05 kcal; Białko ogółem: 96.15 g; Tłuszcz: 71.01 g; Kw.łt.nas.ogółem: 23.2 g; Węglowodany ogółem: 339.04 g; suma cukrów prostych: 53.84 g; Błonnik pokarmowy: 44.49 g; Sól: 17.55 g; WW: 29.58 Por; Cholesterol: 181.69 mg;