

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>sobota 2024-03-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), chleb mieszany psz.-żyłt. 70 70 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <b>MLE</b> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,	.jarzynowa z ziemniakami 400 g ( <b>MLE, SEL, może zawierać: GOR</b> ), .makaron ugotowany 200 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), .sos mięsny 150 g ( <b>GLU, SEL, może zawierać: GOR</b> ), .kompot z porzeczek czarnych 400 ml , ogórek kiszony 100 g ,	chleb mieszany psz.-żyłt. 70 70 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30g 30 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), wędlina 30g 30 g , salata zielona 8g 8 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2132.69 kcal; Białko ogółem: 94.39 g; Tłuszcz: 64.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.48 g; Węglowodany ogółem: 308.25 g; suma cukrów prostych: 37.99 g; Błonnik pokarmowy: 36.14 g; Sól: 13.41 g; WW: 27.35 Por; Cholesterol: 159.19 mg;

<b>sobota 2024-03-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
chleb mieszany psz.-żyłt. 70 70 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), wędlina 50 g , jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <b>GLU, MLE</b> ), salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	.jarzynowa z ziemniakami 400 g ( <b>MLE, SEL, może zawierać: GOR</b> ), .makaron ugotowany 200 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), .sos mięsny drobiowy 250 g ( <b>GLU, SEL, może zawierać: GOR</b> ), ogórek kiszony 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), chleb mieszany psz.-żyłt. 70 70 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <b>MLE</b> ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna z/c 400 ml , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), wędlina 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2525.66 kcal; Białko ogółem: 118.36 g; Tłuszcz: 63.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.73 g; Węglowodany ogółem: 369.47 g; suma cukrów prostych: 41.78 g; Błonnik pokarmowy: 38.95 g; Sól: 15.74 g; WW: 33.37 Por; Cholesterol: 159.23 mg;

<b>sobota 2024-03-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>		
chleb razowy 120g 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), ogórek świeży 100 g , wędlina 100g 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.jarzynowa z ziemniakami 400 g ( <b>MLE, SEL, może zawierać: GOR</b> ), .makaron ugotowany 200 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), .sos mięsny drobiowy 250 g ( <b>GLU, SEL, może zawierać: GOR</b> ), ogórek kiszony 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <b>MLE</b> ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <b>MLE</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), wędlina 30g 30 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2171.04 kcal; Białko ogółem: 123.55 g; Tłuszcz: 63.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.28 g; Węglowodany ogółem: 290.84 g; suma cukrów prostych: 40.8 g; Błonnik pokarmowy: 33.52 g; Sól: 15.55 g; WW: 25.85 Por; Cholesterol: 166.63 mg;

<b>sobota 2024-03-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
chleb mieszany psz.-żyłt. 70 70 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), salata zielona 8g 8 g , wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.jarzynowa z ziemniakami 400 g ( <b>MLE, SEL, może zawierać: GOR</b> ), .makaron ugotowany 200 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), .sos mięsny drobiowy 150 g ( <b>GLU, SEL, może zawierać: GOR</b> ), cukinia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), chleb mieszany psz.-żyłt. 70 70 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 1 g ( <b>GLU, MLE</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> wędlina 30g 30 g , chleb razowy 30g 30 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2094.58 kcal; Białko ogółem: 92.69 g; Tłuszcz: 65.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.31 g; Węglowodany ogółem: 299.82 g; suma cukrów prostych: 34.01 g; Błonnik pokarmowy: 36.36 g; Sól: 17 g; WW: 26.52 Por; Cholesterol: 157.64 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
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> ), jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 1 g ( <u>GLU, MLE</u> ), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dynia gotowana 100 g , twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ),	.jarzynowa z ziemniakami 400 g ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .makaron ugotowany 200 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), .sos mięsny drobiowy 150 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ogórek kiszony 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), wędlina 50 g ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), dżem owocowy 50 g , 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> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2623.74 kcal; Białko ogółem: 117.62 g; Tłuszcz: 80.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.28 g; Węglowodany ogółem: 374.8 g; suma cukrów prostych: 60.29 g; Błonnik pokarmowy: 45.53 g; Sól: 16 g; WW: 33.11 Por; Cholesterol: 183.94 mg;

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
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> ), ogórek świeży 100 g , wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 1 g ( <u>GLU, MLE</u> ),	.jarzynowa z ziemniakami 400 g ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .makaron ugotowany 200 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), .sos mięsny drobiowy 150 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), dżem owocowy 50 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2433.76 kcal; Białko ogółem: 102.48 g; Tłuszcz: 74.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.02 g; Węglowodany ogółem: 355.85 g; suma cukrów prostych: 55.52 g; Błonnik pokarmowy: 42.53 g; Sól: 17.91 g; WW: 31.54 Por; Cholesterol: 183.14 mg;

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
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 , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,	.ziemniaczana b/koncentratu 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .makaron ugotowany 200 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), .sos mięsny drobiowy 150 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , dżem owocowy 50 g ,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2128.2 kcal; Białko ogółem: 97.79 g; Tłuszcz: 56.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.85 g; Węglowodany ogółem: 312.45 g; suma cukrów prostych: 50.96 g; Błonnik pokarmowy: 16.56 g; Sól: 14.32 g; WW: 29.75 Por; Cholesterol: 132.8 mg;

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.ziemniaczana b/koncentratu 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .makaron ugotowany 200 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), .sos mięsny drobiowy 150 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 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 z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,			
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 1 g ( <u>GLU, MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2129.08 kcal; Białko ogółem: 97.82 g; Tłuszcz: 56.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.86 g; Węglowodany ogółem: 312.51 g; suma cukrów prostych: 51 g; Błonnik pokarmowy: 16.56 g; Sól: 14.32 g; WW: 29.75 Por; Cholesterol: 132.84 mg;

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100g 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.jarzynowa z ziemniakami 400 g ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany 200 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), .sos mięsny drobiowy 150 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ogórek kiszony 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2336.66 kcal; Białko ogółem: 120.65 g; Tłuszcz: 78.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.57 g; Węglowodany ogółem: 302.34 g; suma cukrów prostych: 28.96 g; Błonnik pokarmowy: 39.7 g; Sól: 14.86 g; WW: 26.38 Por; Cholesterol: 186.3 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	jarzynowa z ziemniakami 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .sos mięsny drobiowy 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 150 g , .kompot z porzeczki czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: pomidor 100 g ,		Posiłek nocny: sałata zielona 8g 8 g , chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1907.66 kcal; Białko ogółem: 93.77 g; Tłuszcz: 62.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.57 g; Węglowodany ogółem: 253.99 g; suma cukrów prostych: 29.93 g; Błonnik pokarmowy: 32.93 g; Sól: 16.21 g; WW: 22.22 Por; Cholesterol: 135.7 mg;

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	jarzynowa z ziemniakami 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .sos mięsny drobiowy 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ogórek kiszony 100 g , .kompot z porzeczki czarnych 250 ml ,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , mandarynka 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1975.56 kcal; Białko ogółem: 91.63 g; Tłuszcz: 66.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.78 g; Węglowodany ogółem: 264.35 g; suma cukrów prostych: 52.26 g; Błonnik pokarmowy: 31.03 g; Sól: 13.22 g; WW: 23.39 Por; Cholesterol: 160.2 mg;

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g ,	jarzynowa z ziemniakami 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .sos mięsny drobiowy 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ogórek kiszony 100 g , .kompot z porzeczki czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1950.54 kcal; Białko ogółem: 93.66 g; Tłuszcz: 66.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.85 g; Węglowodany ogółem: 256.04 g; suma cukrów prostych: 26.73 g; Błonnik pokarmowy: 32.67 g; Sól: 13.71 g; WW: 22.44 Por; Cholesterol: 160.6 mg;

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 100g 100 g , chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .sos mięsny drobiowy 250 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ogórek kiszony 100 g , .kompot z porzeczki czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: pomidor 100 g , chleb razowy 30g 30 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 50 g , sałata zielona 8g 8 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2520.92 kcal; Białko ogółem: 144.17 g; Tłuszcz: 96.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.84 g; Węglowodany ogółem: 293.27 g; suma cukrów prostych: 32.52 g; Błonnik pokarmowy: 37.32 g; Sól: 16.61 g; WW: 25.77 Por; Cholesterol: 272.33 mg;

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.ziemniaczana b/koncentratu 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Makaron drobny gotowany 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .sos mięsny drobiowy 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 150 g , .kompot z porzeczki czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 30g 30 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1938.64 kcal; Białko ogółem: 97.87 g; Tłuszcz: 47.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.81 g; Węglowodany ogółem: 283.6 g; suma cukrów prostych: 18.95 g; Błonnik pokarmowy: 16.07 g; Sól: 14.86 g; WW: 26.89 Por; Cholesterol: 83.2 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa</span>		
chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,	kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml , .ziemniaczana b/koncentratu 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ziemiaki 200 g , .sos mięsny drobiowy 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 150 g ,	chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2093.36 kcal; Białko ogółem: 54.44 g; Tłuszcz: 82.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.83 g; Węglowodany ogółem: 273.75 g; suma cukrów prostych: 19.1 g; Błonnik pokarmowy: 12.55 g; Sól: 12.58 g; WW: 26.18 Por; Cholesterol: 170.4 mg;

sobota 2024-03-16 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu</span>		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.ziemniaczana b/koncentratu 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Makaron drobny gotowany 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .sos mięsny drobiowy 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), miód 2 szt. 50 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 30g 30 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2193.28 kcal; Białko ogółem: 98.77 g; Tłuszcz: 47.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.84 g; Węglowodany ogółem: 346.25 g; suma cukrów prostych: 37.62 g; Błonnik pokarmowy: 16.34 g; Sól: 14.99 g; WW: 33.21 Por; Cholesterol: 83.2 mg;

sobota 2024-03-16 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego</span>		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.ziemniaczana b/koncentratu 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Makaron drobny gotowany 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .sos mięsny drobiowy 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2100.48 kcal; Białko ogółem: 96.31 g; Tłuszcz: 63.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.69 g; Węglowodany ogółem: 288.85 g; suma cukrów prostych: 34.94 g; Błonnik pokarmowy: 15.53 g; Sól: 14.63 g; WW: 27.47 Por; Cholesterol: 132.8 mg;

sobota 2024-03-16 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)</span>		
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> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , wędlina 100g 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , jogurt owocowy brzoskwinioy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .makaron ugotowany 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .sos mięsny drobiowy 250 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna z/c 400 ml , twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ),
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2713.66 kcal; Białko ogółem: 150.67 g; Tłuszcz: 82.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.61 g; Węglowodany ogółem: 340.37 g; suma cukrów prostych: 48.75 g; Błonnik pokarmowy: 39.08 g; Sól: 19.71 g; WW: 30.37 Por; Cholesterol: 206.73 mg;

sobota 2024-03-16 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona</span>		
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	płynna - obiad 600 ml ,	płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),

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

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16			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;

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ),		ziemniaczana b/koncentratu 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), makaron ugotowany 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), cukinia gotowana 100 g , kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ),	
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2303.39 kcal; Białko ogółem: 91.57 g; Tłuszcz: 66.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.8 g; Węglowodany ogółem: 341.39 g; suma cukrów prostych: 41.31 g; Błonnik pokarmowy: 20.94 g; Sól: 10.58 g; WW: 32.19 Por; Cholesterol: 157.73 mg;

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),		ziemniaczana b/koncentratu 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), makaron ugotowany 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), cukinia gotowana 150 g , kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),	
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2315.89 kcal; Białko ogółem: 94.59 g; Tłuszcz: 68.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.04 g; Węglowodany ogółem: 338.48 g; suma cukrów prostych: 34.33 g; Błonnik pokarmowy: 24.76 g; Sól: 13.49 g; WW: 31.5 Por; Cholesterol: 157.73 mg;

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 50 g ,		jarzynowa z ziemniakami 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos mięsny drobiowy 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ogórek kiszony 100 g , kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,		chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,			Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1693.74 kcal; Białko ogółem: 85 g; Tłuszcz: 72.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.28 g; Węglowodany ogółem: 182.38 g; suma cukrów prostych: 22.3 g; Błonnik pokarmowy: 21.47 g; Sól: 13.07 g; WW: 16.14 Por; Cholesterol: 194.7 mg;

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		jarzynowa z ziemniakami 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos mięsny drobiowy 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ogórek kiszony 100 g , kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,		chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,			Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2010.96 kcal; Białko ogółem: 94.53 g; Tłuszcz: 74.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.68 g; Węglowodany ogółem: 252.2 g; suma cukrów prostych: 26.07 g; Błonnik pokarmowy: 32.5 g; Sól: 14.82 g; WW: 22.03 Por; Cholesterol: 196.1 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.makaron ugotowany 200 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), .sos mięsny drobiowy 150 g ( <b>GLU, SEL, może zawierać: GOR</b> ), .marchew gotowana 150 g , .ziemniaczana b/koncentratu b/glu b/ml 400 ml ( <b>SEL, może zawierać: GOR</b> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <b>SEL</b> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2003.53 kcal; Białko ogółem: 93.7 g; Tłuszcz: 59.2 g; Kw.łf.nas.ogółem: 3.11 g; Węglowodany ogółem: 281.97 g; suma cukrów prostych: 36.3 g; Błonnik pokarmowy: 21.2 g; Sól: 14.19 g; WW: 26.26 Por; Cholesterol: 46.4 mg;

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.makaron ugotowany 200 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .ziemniaczana b/koncentratu b/ml 400 ml ( <b>GLU, SEL, może zawierać: GOR</b> ), .sos mięsny drobiowy 150 g ( <b>GLU, SEL, może zawierać: GOR</b> ), cukinia gotowana 150 g ,	chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2041.6 kcal; Białko ogółem: 93.98 g; Tłuszcz: 56.22 g; Kw.łf.nas.ogółem: 3.37 g; Węglowodany ogółem: 306.61 g; suma cukrów prostych: 38.65 g; Błonnik pokarmowy: 35.88 g; Sól: 15.91 g; WW: 27.25 Por; Cholesterol: 47.4 mg;

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	kрупnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g ( <b>GLU</b> ), Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atopowa 240 g , ziemniaki gotowane 200 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml ( <b>GLU</b> ), brokuł gotowany 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt , Zapiekanka z ziemniaków i warzyw - d. atopowa 400 g ,	Herbata czarna z/c 250 ml ,			
II Śniadanie: kisiel z jabłek z/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , ryż na wodzie 200 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1872.78 kcal; Białko ogółem: 60.83 g; Tłuszcz: 69.23 g; Kw.łf.nas.ogółem: 4.17 g; Węglowodany ogółem: 260.24 g; suma cukrów prostych: 72.58 g; Błonnik pokarmowy: 38.69 g; Sól: 1.93 g; WW: 22.43 Por; Cholesterol: 138.52 mg;

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <b>MLE</b> ), ogórek świeży 100 g , wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.ziemniaczana b/koncentratu b/glu b/ml 400 ml ( <b>SEL, może zawierać: GOR</b> ), .ziemniaki 250 g , .sos mięsny drobiowy b/glu 150 g ( <b>SEL, może zawierać: GOR</b> ), ogórek kiszony 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), twaróg krajanka 70 g ( <b>MLE</b> ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), wędlina 30g 30 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1752.27 kcal; Białko ogółem: 84.23 g; Tłuszcz: 73.33 g; Kw.łf.nas.ogółem: 19.1 g; Węglowodany ogółem: 196.54 g; suma cukrów prostych: 29.96 g; Błonnik pokarmowy: 8.3 g; Sól: 8.67 g; WW: 18.91 Por; Cholesterol: 132.8 mg;

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	cukinia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .ziemniaki 250 g , .sos mięsny drobiowy b/glu 150 g ( <b>SEL, może zawierać: GOR</b> ), .ziemniaczana b/koncentratu b/glu b/ml 400 ml ( <b>SEL, może zawierać: GOR</b> ),	margaryna 15 g , wędlina 50 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1701.19 kcal; Białko ogółem: 81.09 g; Tłuszcz: 74.14 g; Kw.łf.nas.ogółem: 1.56 g; Węglowodany ogółem: 188.46 g; suma cukrów prostych: 34.87 g; Błonnik pokarmowy: 12.66 g; Sól: 12.6 g; WW: 17.69 Por; Cholesterol: 46.4 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.ziemniaczana b/koncentratu b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 250 g , .sos mięsny drobiowy b/glu 150 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ogórek kiszony 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
<b>II Śniadanie:</b> chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1927.71 kcal; Białko ogółem: 87.53 g; Tłuszcz: 85.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.62 g; Węglowodany ogółem: 211.79 g; suma cukrów prostych: 32.6 g; Błonnik pokarmowy: 9.41 g; Sól: 8.69 g; WW: 20.35 Por; Cholesterol: 157.6 mg;

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , margaryna 15 g ,	.ziemniaczana b/koncentratu b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany 200 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), .sos mięsny drobiowy 150 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ogórek kiszony 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
<b>II Śniadanie:</b> chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pomidor 100 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2055.82 kcal; Białko ogółem: 90.85 g; Tłuszcz: 79.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.57 g; Węglowodany ogółem: 260.33 g; suma cukrów prostych: 25.98 g; Błonnik pokarmowy: 34.31 g; Sól: 13.88 g; WW: 22.75 Por; Cholesterol: 49.4 mg;

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , ogórek świeży 100 g , pasta z wędliny drob. 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.ziemniaczana b/koncentratu b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 250 g , .sos mięsny drobiowy b/glu 150 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), ogórek kiszony 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
<b>II Śniadanie:</b> chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 15 g , pomidor 100 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 15 g , sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2044.71 kcal; Białko ogółem: 85.91 g; Tłuszcz: 100.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.38 g; Węglowodany ogółem: 212.16 g; suma cukrów prostych: 33.86 g; Błonnik pokarmowy: 12.71 g; Sól: 10 g; WW: 20.08 Por; Cholesterol: 46.4 mg;

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , miód 2 szt. 50 g ,	kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , .ziemniaczana b/koncentratu 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .sos mięsny drobiowy 150 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), cukinia gotowana 150 g ,	chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ),			
		<b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy 300 ml , chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2066.26 kcal; Białko ogółem: 47.64 g; Tłuszcz: 72.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.36 g; Węglowodany ogółem: 296.33 g; suma cukrów prostych: 21.69 g; Błonnik pokarmowy: 12.55 g; Sól: 12.6 g; WW: 28.51 Por; Cholesterol: 145.6 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. b/ml - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		marchewkowa z ziemniakami - dieta b/ml 300 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Mięso drobiowe gotowane 100 g, sos pietruszkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem 400 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ), bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g,				Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 50 g ( <u>SEL</u> ), kakao proszek 30 g ( <u>GLU</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2230.53 kcal; Białko ogółem: 93.19 g; Tłuszcz: 70.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.6 g; Węglowodany ogółem: 230.11 g; suma cukrów prostych: 32.02 g; Błonnik pokarmowy: 23.16 g; Sól: 4.98 g; WW: 20.9 Por; Cholesterol: 737.43 mg;

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		krupnik z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Makaron drobny gotowany 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos boloński z mięsa drob. -dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>SEL</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> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g,				Posiłek nocny: kakao proszek 30 g ( <u>GLU</u> ), jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2044.64 kcal; Białko ogółem: 101.23 g; Tłuszcz: 72.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 251.86 g; suma cukrów prostych: 57.97 g; Błonnik pokarmowy: 30.46 g; Sól: 7.52 g; WW: 22.37 Por; Cholesterol: 719.56 mg;

sobota 2024-03-16			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;

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
kasza kukurydziana na mleku - ots 400 g ( <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> ), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), majonez saszetka ots 2 szt ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		kalafiorowa z ziemniakami ots 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos boloński ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>SEL</u> ), fasolka szparagowa z bułką tartą ots 100 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,		chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, sok wielowarzywny 300 ml 1 szt ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, galaretko o smaku truskawkowym ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>OZI</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),	
				Posiłek nocny: ciasto drożdżowe 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , może zawierać: <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3229.5 kcal; Białko ogółem: 142.67 g; Tłuszcz: 140.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.01 g; Węglowodany ogółem: 358.08 g; suma cukrów prostych: 40.92 g; Błonnik pokarmowy: 32.22 g; Sól: 8.91 g; WW: 32.79 Por; Cholesterol: 1348.9 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
.kasza kukurydziana na mleku - ots 400 g ( <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> ), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), majonez saszetka ots 2 szt ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	kalafiorowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos boloński ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>SEL</u> ), fasolka szparagowa z bułką tartą ots 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jablek 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 , sok wielowarzywny 300 ml 1 szt ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),			
		Posiłek nocny: serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3148.22 kcal; Białko ogółem: 155.51 g; Tłuszcz: 150.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 53.5 g; Węglowodany ogółem: 313.61 g; suma cukrów prostych: 37.14 g; Błonnik pokarmowy: 32.87 g; Sól: 8.88 g; WW: 28.37 Por; Cholesterol: 1371.69 mg;

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Ściśła dla matek po cesarskim cięciu		
chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g ,	chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g ,	chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g ,			

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

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Ściśła 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;

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Ściśła 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;

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Ściśła 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;

sobota 2024-03-16			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: 35.83 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;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1			
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem 400 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,		grysikowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 150 g ,		Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		
II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), kakao proszek 30 g ( <u>GLU</u> ),				Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2023.05 kcal; Białko ogółem: 73.73 g; Tłuszcz: 51.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.28 g; Węglowodany ogółem: 235 g; suma cukrów prostych: 44.28 g; Błonnik pokarmowy: 34.59 g; Sól: 2.91 g; WW: 20.17 Por; Cholesterol: 209.39 mg;

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny			
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,		ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 Por ( <u>GLU</u> ), brokuł gotowany 100 g ,		wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,		
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,				Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,		

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

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa			
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żył. 100 g ( <u>GLU</u> ),		krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g ( <u>GLU</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atapowa 240 g , brokuł gotowany 150 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml ( <u>GLU</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt ,		chleb mieszany psz-żył. 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,		
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: banan 200 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1913.92 kcal; Białko ogółem: 65.04 g; Tłuszcz: 68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.09 g; Węglowodany ogółem: 274.83 g; suma cukrów prostych: 97.24 g; Błonnik pokarmowy: 52.56 g; Sól: 4.69 g; WW: 22.52 Por; Cholesterol: 649.23 mg;

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Niemowlęca papkowata (0-1 lat)			
dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 200 ml , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g ,		ziemniaczana b/koncentratu 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 100 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), cukinia gotowana 150 g , kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 200 ml ,		
				Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1165.03 kcal; Białko ogółem: 56.41 g; Tłuszcz: 45.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.84 g; Węglowodany ogółem: 119.49 g; suma cukrów prostych: 30.94 g; Błonnik pokarmowy: 12.35 g; Sól: 8.38 g; WW: 10.81 Por; Cholesterol: 151.53 mg;

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny			
		jarzynowa z ziemniakami 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), makaron ugotowany 250 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos mięsny drobiowy 250 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ogórek kiszony 200 g , kompot z porzeczek czarnych 400 ml ,				

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 957.35 kcal; Białko ogółem: 53.37 g; Tłuszcz: 24.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.38 g; Węglowodany ogółem: 131.76 g; suma cukrów prostych: 8.61 g; Błonnik pokarmowy: 11.37 g; Sól: 13.35 g; WW: 12.04 Por; Cholesterol: 77.33 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <b>GLU</b> , ) , masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> , ) , wędlina 100g 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	ziemniaczana b/koncentratu 400 ml ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> , <b>może zawierać: GOR</b> , ) , makaron ugotowany 200 g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> , ) , sos mięsny drobiowy 250 g ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> , <b>może zawierać: GOR</b> , ) , cukinia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <b>GLU</b> , ) , masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> , ) , twaróg krajanka 100g 100 g ( <b>MLE</b> , ) , Herbata czarna z/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <b>MLE</b> , ) ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <b>GLU</b> , ) , masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> , ) , wędlina 30g 30 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2284.88 kcal; Białko ogółem: 126.62 g; Tłuszcz: 65.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.4 g; Węglowodany ogółem: 301.71 g; suma cukrów prostych: 33.59 g; Błonnik pokarmowy: 16.8 g; Sól: 16.4 g; WW: 28.67 Por; Cholesterol: 163.73 mg;

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <b>GLU</b> , ) , chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> , ) , masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> , ) , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <b>MLE</b> , ) , ogórek świeży 100 g , wędlina 100g 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	jarzynowa z ziemniakami 400 g ( <b>MLE</b> , <b>SEL</b> , <b>może zawierać: GOR</b> , ) , makaron ugotowany 200 g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> , ) , sos mięsny drobiowy 250 g ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> , <b>może zawierać: GOR</b> , ) , ogórek kiszony 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> , ) , chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <b>GLU</b> , ) , masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> , ) , twaróg krajanka 100g 100 g ( <b>MLE</b> , ) , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> , ) , masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> , ) , serek homogenizowany nat. 150 g ( <b>MLE</b> , ) , pomidor 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> , ) , masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> , ) , wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2743.06 kcal; Białko ogółem: 155.69 g; Tłuszcz: 87.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.14 g; Węglowodany ogółem: 362.27 g; suma cukrów prostych: 46.43 g; Błonnik pokarmowy: 42.92 g; Sól: 16.69 g; WW: 32.21 Por; Cholesterol: 246.03 mg;

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <b>GLU</b> , ) , chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> , ) , masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> , ) , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <b>MLE</b> , ) , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , serek wiejski 200 g ( <b>MLE</b> , ) ,	jarzynowa z ziemniakami 400 g ( <b>MLE</b> , <b>SEL</b> , <b>może zawierać: GOR</b> , ) , makaron ugotowany 200 g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> , ) , cukinia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> , <b>może zawierać: SEL</b> , ) ,	chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> , ) , chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <b>GLU</b> , ) , masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> , ) , twaróg krajanka 70 g ( <b>MLE</b> , ) , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: mandarynka 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2244.03 kcal; Białko ogółem: 96.55 g; Tłuszcz: 60.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.77 g; Węglowodany ogółem: 341.14 g; suma cukrów prostych: 55.83 g; Błonnik pokarmowy: 37.76 g; Sól: 15.6 g; WW: 30.57 Por; Cholesterol: 92.6 mg;

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <b>GLU</b> , ) , masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> , ) , wędlina 50 g , jogurt owocowy brzoskwiński 1szt 150 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> , ) , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , twaróg krajanka 70 g ( <b>MLE</b> , ) ,	ziemniaczana b/koncentratu 400 ml ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> , <b>może zawierać: GOR</b> , ) , makaron ugotowany 200 g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> , ) , sos mięsny drobiowy 150 g ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> , <b>może zawierać: GOR</b> , ) , cukinia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <b>GLU</b> , ) , masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> , ) , twaróg krajanka 70 g ( <b>MLE</b> , ) , woszczyczna 3 skl. gotowana 100 g ( <b>SEL</b> , ) , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <b>GLU</b> , ) , masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> , ) , dżem owocowy 50 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <b>GLU</b> , ) , masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> , ) , wędlina 30g 30 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2627.18 kcal; Białko ogółem: 116.18 g; Tłuszcz: 74.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26 g; Węglowodany ogółem: 361.74 g; suma cukrów prostych: 53.55 g; Błonnik pokarmowy: 20.32 g; Sól: 15.21 g; WW: 34.39 Por; Cholesterol: 151.6 mg;

sobota 2024-03-16			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> , ) , wędlina 100g 100 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <b>MLE</b> , ) , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 120g 120 g ( <b>GLU</b> , ) , twaróg krajanka 70 g ( <b>MLE</b> , ) ,	jarzynowa z ziemniakami 400 g ( <b>MLE</b> , <b>SEL</b> , <b>może zawierać: GOR</b> , ) , Makaron pełnoziarnisty gotowany 200 g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> , ) , sos mięsny drobiowy 150 g ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> , <b>może zawierać: GOR</b> , ) , cukinia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 100 g ( <b>GLU</b> , ) , masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> , ) , twaróg krajanka 100g 100 g ( <b>MLE</b> , ) , woszczyczna 3 skl. gotowana 100 g ( <b>SEL</b> , ) , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> , ) , masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> , ) , pomidor 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> , ) , masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> , ) , wędlina 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2353.9 kcal; Białko ogółem: 131.52 g; Tłuszcz: 83.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.48 g; Węglowodany ogółem: 280.72 g; suma cukrów prostych: 32.43 g; Błonnik pokarmowy: 36.33 g; Sól: 16.8 g; WW: 24.54 Por; Cholesterol: 160.8 mg;