

## Jadłospisy dla oddziałów

| USK 1 W SZCZECINIE   |   |  |
|--|---|--|
| Śniadanie - II Śniadanie   | Obiad - Podwieczorek  | Kolacja - Posiłek nocny  |
| <b>wtorek 2024-03-19</b>   |   |  |
| <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>   |   |  |
| chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | .pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy panierowany 110 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), .salatka colesław 150 g ( <u>JAJ</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , | chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), .pasta z ryby wędzonej i twarogu 80 g ( <u>RYB</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
|  |   | Posiłek nocny: banan 200 g ,   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2191.24 kcal; Białko ogółem: 86.63 g; Tłuszcz: 77.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.64 g; Węglowodany ogółem: 303.33 g; suma cukrów prostych: 75.02 g; Błonnik pokarmowy: 41.4 g; Sól: 8.72 g; WW: 26.49 Por; Cholesterol: 161.59 mg;

|  |   |  |
|--|---|--|
| <b>wtorek 2024-03-19</b>   |   |  |
| <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>   |   |  |
| chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , | .pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 250 g , .filet drobiowy panierowany 110 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), .salatka colesław 150 g ( <u>JAJ</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , | chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), .pasta z ryby wędzonej i twarogu 80 g ( <u>RYB</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 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.: 2630.34 kcal; Białko ogółem: 101.44 g; Tłuszcz: 86.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.9 g; Węglowodany ogółem: 380.53 g; suma cukrów prostych: 65.82 g; Błonnik pokarmowy: 42.34 g; Sól: 9.37 g; WW: 34.18 Por; Cholesterol: 186.89 mg;

|  |   |   |
|--|---|---|
| <b>wtorek 2024-03-19</b>   |   |   |
| <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>   |   |   |
| chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | .pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy panierowany 110 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), .salatka colesław 150 g ( <u>JAJ</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , | chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), .pasta z ryby z ryżem 80 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
| II Śniadanie: twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),  |   | Posiłek nocny: banan 200 g ,  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2491.19 kcal; Białko ogółem: 101.32 g; Tłuszcz: 89.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.6 g; Węglowodany ogółem: 338.3 g; suma cukrów prostych: 76.7 g; Błonnik pokarmowy: 45.64 g; Sól: 8.09 g; WW: 29.59 Por; Cholesterol: 156.52 mg;

|  |   |  |
|--|---|--|
| <b>wtorek 2024-03-19</b>   |   |  |
| <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>   |   |  |
| chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | sos do obiadu 100 g , .pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy panierowany 110 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), .salatka colesław 150 g ( <u>JAJ</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , | chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), .pasta z ryby wędzonej i twarogu 80 g ( <u>RYB</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,  |   | Posiłek nocny: banan 200 g ,   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2336.46 kcal; Białko ogółem: 88.07 g; Tłuszcz: 81.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.68 g; Węglowodany ogółem: 329.63 g; suma cukrów prostych: 96.22 g; Błonnik pokarmowy: 41.8 g; Sól: 8.73 g; WW: 29.09 Por; Cholesterol: 161.59 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2024-03-19  |  |   | Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych |  |  |
|--|--|---|--|--|--|
| chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , | .pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy panierowany 110 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 150 g ( <u>GLU</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , | chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), .pasta z ryby wędzonej i twarogu 80 g ( <u>RYB</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .marchew gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 50 g , |  |  |  |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ),   |  | Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g , serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),   |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2856.14 kcal; Białko ogółem: 141.26 g; Tłuszcz: 96.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.96 g; Węglowodany ogółem: 371.58 g; suma cukrów prostych: 84.17 g; Błonnik pokarmowy: 38.91 g; Sól: 11.77 g; WW: 33.47 Por; Cholesterol: 207.39 mg;

| wtorek 2024-03-19  |   |  | Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca |  |  |
|--|---|--|--|--|--|
| chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | .pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy panierowany 110 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), .sałatka colesław 150 g ( <u>JAJ</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , | chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), .pasta z ryby z ryżem 80 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 50 g , |  |  |  |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g , chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ),  |   | Posiłek nocny: banan 200 g , serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),  |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2881.69 kcal; Białko ogółem: 135.67 g; Tłuszcz: 95.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.06 g; Węglowodany ogółem: 387.15 g; suma cukrów prostych: 123.7 g; Błonnik pokarmowy: 46.19 g; Sól: 8.24 g; WW: 34.34 Por; Cholesterol: 177.52 mg;

| wtorek 2024-03-19  |   |   | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna |  |  |
|--|---|---|-----------------------------------|--|--|
| chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , dżem owocowy 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | .pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .sos do obiadu 100 g , szpinak gotowany - dieta 150 g ( <u>GLU</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , | chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), .pasta z ryby z ryżem 80 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |                                   |  |  |
|  |   | Posiłek nocny: wędlina 30g 30 g , chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),   |                                   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2041.72 kcal; Białko ogółem: 96.09 g; Tłuszcz: 58.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.5 g; Węglowodany ogółem: 291.62 g; suma cukrów prostych: 46.78 g; Błonnik pokarmowy: 17.97 g; Sól: 7.2 g; WW: 27.65 Por; Cholesterol: 132.4 mg;

| wtorek 2024-03-19  |   |   | 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 , dżem owocowy 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | .pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .sos do obiadu 100 g , szpinak gotowany - dieta 150 g ( <u>GLU</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , | chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), .pasta z ryby z ryżem 80 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |  |  |  |
| II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,  |   | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g ,   |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2080.12 kcal; Białko ogółem: 94.79 g; Tłuszcz: 58.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.48 g; Węglowodany ogółem: 302.56 g; suma cukrów prostych: 67.88 g; Błonnik pokarmowy: 17.83 g; Sól: 6.98 g; WW: 28.71 Por; Cholesterol: 132.4 mg;

| wtorek 2024-03-19  |  |   | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji |  |  |
|--|--|---|---|--|--|
| chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100g 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | .pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .sos do obiadu 100 g , .sałatka colesław 130 g ( <u>JAJ</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , | chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), .pasta z ryby z ryżem 80 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |   |  |  |
| II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ),                    | Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),   | Posiłek nocny: pomidor 100 g , chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),   |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2079.77 kcal; Białko ogółem: 112.04 g; Tłuszcz: 77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.29 g; Węglowodany ogółem: 249.53 g; suma cukrów prostych: 35.42 g; Błonnik pokarmowy: 32.91 g; Sól: 7.32 g; WW: 21.89 Por; Cholesterol: 171.8 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2024-03-19 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police  |   |   |
|---|---|---|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), | sos do obiadu 100 g, .pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u> ), ziemniaki 200 g, .filet drobiowy duszony 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .sałatka colesław 150 g ( <u>JAJ</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g, | masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), .pasta z ryby z ryżem 80 g ( <u>RYB, SEL, może zawierać: SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g, |
| II Śniadanie: twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),               |   | Posiłek nocny: pomidor 100 g,   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1885.79 kcal; Białko ogółem: 106.16 g; Tłuszcz: 60.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 13.04 g; Węglowodany ogółem: 245.42 g; suma cukrów prostych: 29.79 g; Błonnik pokarmowy: 34.15 g; Sól: 7.2 g; WW: 21.37 Por; Cholesterol: 112.37 mg;

| wtorek 2024-03-19 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> ), sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, wędlina 50 g,                               | .pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u> ), .ziemniaki 200 g, .filet drobiowy duszony 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ), sos do obiadu 100 g, .sałatka colesław 150 g ( <u>JAJ</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g, | chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), .pasta z ryby z ryżem 80 g ( <u>RYB, SEL, może zawierać: SEL</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jabłko 150 g, sok owocowy 200ml 200 g, |  | Posiłek nocny: pomidor 100 g, wędlina 30g 30 g, chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2133.29 kcal; Białko ogółem: 102.29 g; Tłuszcz: 76.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.76 g; Węglowodany ogółem: 273.58 g; suma cukrów prostych: 67.76 g; Błonnik pokarmowy: 44.4 g; Sól: 7.13 g; WW: 23.17 Por; Cholesterol: 159.8 mg;

| wtorek 2024-03-19 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.                                   |  |   |
|---|--|---|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, wędlina 50 g, chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), | .pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u> ), .ziemniaki 200 g, .filet drobiowy duszony 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ), sos do obiadu 100 g, .sałatka colesław 150 g ( <u>JAJ</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g, | chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), .pasta z ryby wędzonej i twarogu 80 g ( <u>RYB, MLE, może zawierać: SEL</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),               |  | Posiłek nocny: pomidor 100 g, chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2024.56 kcal; Białko ogółem: 100.99 g; Tłuszcz: 69.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.35 g; Węglowodany ogółem: 266.87 g; suma cukrów prostych: 32.29 g; Błonnik pokarmowy: 38.42 g; Sól: 9.16 g; WW: 23.12 Por; Cholesterol: 168.08 mg;

| wtorek 2024-03-19 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)  |  |  |
|--|--|--|
| chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, wędlina 100g 100 g, sałata zielona 8g 8g, jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), | sos do obiadu 100 g, .pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u> ), .ziemniaki 200 g, .filet drobiowy duszony 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .sałatka colesław 150 g ( <u>JAJ</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g, .filet drobiowy duszony 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ), | chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), .pasta z ryby z ryżem 80 g ( <u>RYB, SEL, może zawierać: SEL</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g,   | Podwieczorek: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),  | Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g,   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2561.41 kcal; Białko ogółem: 174.17 g; Tłuszcz: 91.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.59 g; Węglowodany ogółem: 288.99 g; suma cukrów prostych: 43.44 g; Błonnik pokarmowy: 38.08 g; Sól: 8.17 g; WW: 25.41 Por; Cholesterol: 262.97 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2024-03-19  |  |  | 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 , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , | .pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , szpinak gotowany - dieta 150 g ( <u>GLU</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , | chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), .pasta z ryby z ryżem 80 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .marchew gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |  |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ),  |  | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 30g 30 g ,   |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2079.33 kcal; Białko ogółem: 111.42 g; Tłuszcz: 46.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.65 g; Węglowodany ogółem: 312.3 g; suma cukrów prostych: 32.08 g; Błonnik pokarmowy: 21.5 g; Sól: 9.97 g; WW: 29.37 Por; Cholesterol: 82.8 mg;

| wtorek 2024-03-19  |  |   | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa |
|--|--|---|---|
| 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 , | sos do obiadu 100 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , .pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 40 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), | chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , .pasta z ryby z ryżem 40 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , |   |
| II Śniadanie: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,  |  | Posiłek nocny: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g ,   |   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2041.62 kcal; Białko ogółem: 49.35 g; Tłuszcz: 82.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.75 g; Węglowodany ogółem: 274.41 g; suma cukrów prostych: 13.83 g; Błonnik pokarmowy: 10.11 g; Sól: 3.77 g; WW: 26.62 Por; Cholesterol: 177.8 mg;

| wtorek 2024-03-19   |  |  | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu |
|---|--|--|---|
| chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , | .pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , szpinak gotowany - dieta 150 g ( <u>GLU</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , | chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), .pasta z ryby z ryżem 80 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .marchew gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |   |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ),                              |  | Posiłek nocny: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),   |   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2181.63 kcal; Białko ogółem: 106.93 g; Tłuszcz: 52.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.34 g; Węglowodany ogółem: 327.18 g; suma cukrów prostych: 68.93 g; Błonnik pokarmowy: 20.41 g; Sól: 9.24 g; WW: 30.93 Por; Cholesterol: 151.8 mg;

| wtorek 2024-03-19  |  |   | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego |
|--|--|---|--|
| chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , | .pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , szpinak gotowany - dieta 150 g ( <u>GLU</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , | chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), .pasta z ryby z ryżem 80 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), .marchew gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |  |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ),   |  | Posiłek nocny: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2331.23 kcal; Białko ogółem: 107.07 g; Tłuszcz: 69.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.28 g; Węglowodany ogółem: 327.32 g; suma cukrów prostych: 69.05 g; Błonnik pokarmowy: 20.41 g; Sól: 9.24 g; WW: 30.95 Por; Cholesterol: 201.4 mg;

| wtorek 2024-03-19  |  |   | Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal) |
|--|--|---|--|
| 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> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , wędlina 100g 100 g , | .pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , sos do obiadu 100 g , .filet drobiowy duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 150 g ( <u>GLU</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .filet drobiowy duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | 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> ), .pasta z ryby z ryżem 80 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |  |
| II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ),  |  | Posiłek nocny: wędlina 50 g , chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2700.2 kcal; Białko ogółem: 156.23 g; Tłuszcz: 80.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.84 g; Węglowodany ogółem: 357.69 g; suma cukrów prostych: 55.34 g; Błonnik pokarmowy: 41.96 g; Sól: 8.68 g; WW: 31.93 Por; Cholesterol: 217.2 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2024-03-19   |                         |  |
|---|-------------------------|--|
| 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;

| wtorek 2024-03-19  |                            |   |
|--|----------------------------|---|
| Jadłospis dla diety: Papkowata   |                            |   |
| papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _),                   | papkowata - obiad 650 ml , | papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _),                      |
| II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), |                            | Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2296.85 kcal; Białko ogółem: 128.47 g; Tłuszcz: 139.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.75 g; Węglowodany ogółem: 149.99 g; suma cukrów prostych: 4.47 g; Błonnik pokarmowy: 5.79 g; Sól: 1.6 g; WW: 14.59 Por; Cholesterol: 1040.36 mg;

| wtorek 2024-03-19  |   |  |
|--|---|--|
| Jadłospis dla diety: Rozdrobniona  |   |  |
| chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , _), .pasta z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> , _), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> , _), .ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> , _), Herbata czarna z/c 400 ml , | sos do obiadu 100 g , .pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> , _), .ziemniaki 200 g , .pulpet drobiowy w sosie pomidorowym 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , _), szpinak gotowany - dieta 150 g ( <u>GLU</u> , _), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , | chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , _), .pasta z ryby z ryżem 80 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , _), .marchew gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
|  |   | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , _),   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2288.96 kcal; Białko ogółem: 105.54 g; Tłuszcz: 77.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.84 g; Węglowodany ogółem: 299.11 g; suma cukrów prostych: 39.45 g; Błonnik pokarmowy: 20.22 g; Sól: 9.45 g; WW: 28.12 Por; Cholesterol: 193.78 mg;

| wtorek 2024-03-19  |   |   |
|--|---|---|
| Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów  |   |   |
| chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> , _), .pasta z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> , _), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> , _), Herbata czarna b/c 400 ml , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , _), .ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> , _), | .pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> , _), .ziemniaki 200 g , .pulpet drobiowy w sosie pomidorowym 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , _), sos do obiadu 100 g , szpinak gotowany - dieta 150 g ( <u>GLU</u> , _), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , | chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , _), .pasta z ryby z ryżem 80 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , _), .marchew gotowana 100 g , Herbata czarna b/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.: 2471.12 kcal; Białko ogółem: 113.99 g; Tłuszcz: 88.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.06 g; Węglowodany ogółem: 313.05 g; suma cukrów prostych: 29.84 g; Błonnik pokarmowy: 20.82 g; Sól: 9.69 g; WW: 29.43 Por; Cholesterol: 205.78 mg;

| wtorek 2024-03-19  |  |  |
|--|--|--|
| Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca   |  |  |
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , _), wędlina 50 g , sałatka zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> , _), | sos do obiadu 100 g , .pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> , _), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _), .sałatka coleslaw 150 g ( <u>JAJ</u> , _), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , | chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , _), .pasta z ryby wędzonej i twarogu 80 g ( <u>RYB</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , _), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , _), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> , _),               |  | Posiłek nocny: pomidor 100 g , chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , _), wędlina 30g 30 g ,   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1744.28 kcal; Białko ogółem: 96.17 g; Tłuszcz: 74.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.87 g; Węglowodany ogółem: 183.92 g; suma cukrów prostych: 27.1 g; Błonnik pokarmowy: 25.3 g; Sól: 7.1 g; WW: 16.11 Por; Cholesterol: 189.17 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2024-03-19   |   |   | Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa |  |  |
|---|---|---|--------------------------------------|--|--|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml, wędlina 50 g, chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), | sos do obiadu 100 g, .pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u> ), ziemniaki 200 g, .filet drobiowy duszony 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .sałatka coleslaw 150 g ( <u>JAJ</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g, | chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), .pasta z ryby wędzonej i twarogu 80 g ( <u>RYB, MLE, może zawierać: SEL</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |                                      |  |  |
| II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ),                             |   | Posiłek nocny: pomidor 100 g, chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),  |                                      |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2087.68 kcal; Białko ogółem: 110.37 g; Tłuszcz: 76.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.29 g; Węglowodany ogółem: 255.24 g; suma cukrów prostych: 31.58 g; Błonnik pokarmowy: 36.5 g; Sól: 8.86 g; WW: 22.15 Por; Cholesterol: 190.57 mg;

| wtorek 2024-03-19  |   |  | Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna |  |  |
|--|---|--|---|--|--|
| chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, .pasta z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, dżem owocowy 50 g, | sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g, .pomidorowa z makaronem b/ml b/glu 350 g ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u> ), ziemniaki 200 g, .filet drobiowy duszony b/ml b/glu 80 g, szpinak gotowany - dieta 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 g, | chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, .pasta z ryby z ryżem 80 g ( <u>RYB, SEL, może zawierać: SEL</u> ), .marchew gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, |   |  |  |
|  |   | Posiłek nocny: wędlina 30g 30 g, margaryna 15 g, chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ),  |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2130.85 kcal; Białko ogółem: 99.34 g; Tłuszcz: 77.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.34 g; Węglowodany ogółem: 268.69 g; suma cukrów prostych: 49.38 g; Błonnik pokarmowy: 19.1 g; Sól: 8.84 g; WW: 25.22 Por; Cholesterol: 104.4 mg;

| wtorek 2024-03-19  |  |  | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA |  |  |
|--|--|--|---|--|--|
| chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna z/c 400 ml, dżem owocowy 50 g, .pasta z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), | sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g, .pomidorowa z makaronem b/glu b/ml 400 g ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u> ), ziemniaki 200 g, .filet drobiowy duszony b/ml b/glu 80 g, szpinak gotowany - dieta 150 g ( <u>GLU</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g, | chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, .pasta z ryby z ryżem 80 g ( <u>RYB, SEL, może zawierać: SEL</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, |   |  |  |
|  |  | Posiłek nocny: margaryna 15 g, wędlina 30g 30 g, chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ),  |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2186.51 kcal; Białko ogółem: 99.57 g; Tłuszcz: 74.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.61 g; Węglowodany ogółem: 297.9 g; suma cukrów prostych: 52 g; Błonnik pokarmowy: 34.13 g; Sól: 7.71 g; WW: 26.7 Por; Cholesterol: 105.4 mg;

| wtorek 2024-03-19  |  |  | Jadłospis dla diety: Atopowa |  |  |
|--|--|--|------------------------------|--|--|
| wafle ryżowe 40 g, margaryna sztukowa 15g 2 szt, Pulpet z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 Por, ogórek świeży 150 g, Herbata czarna z/c 250 ml, | Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g, ziemniaki gotowane 200 g, mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g, surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/gaz 0,5L 1 szt, | risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g, Herbata czarna z/c 250 ml, |                              |  |  |
| II Śniadanie: banany 200 g, marchwianka 300 ml,  |  | Posiłek nocny: płatki owsiane na wodzie 200 ml ( <u>GLU</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g,           |                              |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1690.23 kcal; Białko ogółem: 71.94 g; Tłuszcz: 42.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.99 g; Węglowodany ogółem: 262.82 g; suma cukrów prostych: 110.14 g; Błonnik pokarmowy: 48.41 g; Sól: 2.6 g; WW: 21.8 Por; Cholesterol: 187.83 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2024-03-19   |   |  |
|---|---|--|
| Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN   |   |  |
| chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),<br>sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem<br>owocowy 50 g , wędlina 50 g , | sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .pomidorowa z<br>makaronem b/ml b/glu 400 g ( <u>GLU, JAJ, SEL</u><br><u>może zawierać: SEL, GOR</u> ), .ziemniaki 200 g ,<br>.filet drobiowy duszony b/glu 80 g ( <u>MLE</u> ),<br>szpinak gotowany - dieta b/glu 150 g , .kompot z<br>porzeczek czarnych 250 g , | chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),<br>.pasta z ryby z ryżem 80 g ( <u>RYB, SEL, może zawierać: SEL</u> ),<br>ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
|   |   | <b>Posiłek nocny:</b> wędlina 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),<br>chleb bezglutenowy 30g 30 g ,   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1937.16 kcal; Białko ogółem: 90.58 g; Tłuszcz: 81.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.57 g; Węglowodany ogółem: 218.99 g; suma cukrów prostych: 46.02 g; Błonnik pokarmowy: 9.74 g; Sól: 3.92 g; WW: 21.1 Por; Cholesterol: 132.4 mg;

| wtorek 2024-03-19  |   |  |
|--|---|--|
| Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA   |   |  |
| chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , sałata<br>zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50<br>g , .pasta z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), | sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .pomidorowa z<br>makaronem b/glu b/ml 400 g ( <u>GLU, JAJ, SEL</u><br><u>może zawierać: SEL, GOR</u> ), .ziemniaki 200 g ,<br>.filet drobiowy duszony b/glu 80 g ( <u>MLE</u> ),<br>szpinak gotowany - dieta b/glu 150 g , .kompot z<br>porzeczek czarnych 250 g , | chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , .pasta z ryby<br>z ryżem 80 g ( <u>RYB, SEL, może zawierać: SEL</u> ), ogórek świeży<br>100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
|  |   | <b>Posiłek nocny:</b> wędlina 30g 30 g , chleb bezglutenowy 30g 30 g<br>, margaryna 15 g ,   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2129.39 kcal; Białko ogółem: 97.08 g; Tłuszcz: 100.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.39 g; Węglowodany ogółem: 219.77 g; suma cukrów prostych: 45.84 g; Błonnik pokarmowy: 9.74 g; Sól: 4.03 g; WW: 21.19 Por; Cholesterol: 104.4 mg;

| wtorek 2024-03-19   |   |  |
|---|---|--|
| 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> ),<br>sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 50 g<br>, | sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .pomidorowa z<br>makaronem b/ml b/glu 400 g ( <u>GLU, JAJ, SEL</u><br><u>może zawierać: SEL, GOR</u> ), .ziemniaki 200 g ,<br>.filet drobiowy duszony b/glu 80 g ( <u>MLE</u> ),<br>szpinak gotowany - dieta b/glu 150 g , .kompot z<br>porzeczek czarnych 250 g , | chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),<br>.pasta z ryby z ryżem 80 g ( <u>RYB, SEL, może zawierać: SEL</u> ),<br>ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g<br>( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ),               |   | <b>Posiłek nocny:</b> wędlina 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),<br>chleb bezglutenowy 30g 30 g ,   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2110.96 kcal; Białko ogółem: 105.71 g; Tłuszcz: 96.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.03 g; Węglowodany ogółem: 214.15 g; suma cukrów prostych: 27.58 g; Błonnik pokarmowy: 9.34 g; Sól: 3.92 g; WW: 20.68 Por; Cholesterol: 157.2 mg;

| wtorek 2024-03-19  |  |   |
|--|--|---|
| Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML   |  |   |
| sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , .pasta z<br>drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),<br>margaryna 15 g , | .pomidorowa z makaronem b/glu b/ml 400 g ( <u>GLU</u><br><u>JAJ, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u> ),<br>.ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony b/glu<br>b/ml 80 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g ,<br>szpinak gotowany - dieta 150 g ( <u>GLU</u> ), .kompot z<br>porzeczek czarnych 250 g , | chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , .pasta z<br>ryby wędzonej i twarogu 80 g ( <u>RYB, MLE, może zawierać: SEL</u> ),<br>ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , |
| <b>II Śniadanie:</b> wędlina 30g 30 g , chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ),<br>margaryna 15 g ,  |  | <b>Posiłek nocny:</b> pomidor 100 g , chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ),<br>margaryna 15 g ,   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2038.46 kcal; Białko ogółem: 99.42 g; Tłuszcz: 85.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.02 g; Węglowodany ogółem: 236.92 g; suma cukrów prostych: 23.54 g; Błonnik pokarmowy: 34.39 g; Sól: 9.12 g; WW: 20.54 Por; Cholesterol: 137.77 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2024-03-19   |  |  | Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML |  |  |
|---|--|--|--|--|--|
| chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , pasta z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), | sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .pomidorowa z makaronem b/glu b/ml 400 g ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony b/glu 80 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta b/glu 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 g , | chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , .pasta z ryby z ryżem 80 g ( <u>RYB, SEL, może zawierać: SEL</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |  |  |  |
| II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 15 g , wędlina 30g 30 g ,   |  | Posiłek nocny: wędlina 30g 30 g , margaryna 15 g , chleb bezglutenowy 30g 30 g ,   |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2273.39 kcal; Białko ogółem: 105.96 g; Tłuszcz: 115.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.38 g; Węglowodany ogółem: 212.68 g; suma cukrów prostych: 27.34 g; Błonnik pokarmowy: 9.34 g; Sól: 4.03 g; WW: 20.53 Por; Cholesterol: 104.4 mg;

| wtorek 2024-03-19   |  |  | Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa |  |  |
|---|--|--|------------------------------------|--|--|
| chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , wędlina 30g 30 g , dżem 2 szt. 50 g , salata zielona 8g 8 g , | sos do obiadu 100 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , .pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 40 g ( <u>GLU, MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), | chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , .pasta z ryby z ryżem 40 g ( <u>RYB, SEL, może zawierać: SEL</u> ), salata zielona 8g 8 g , miód 2 szt. 50 g , |                                    |  |  |
|   |  | Posiłek nocny: wędlina 30g 30 g , chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),  |                                    |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2103.48 kcal; Białko ogółem: 48.47 g; Tłuszcz: 73.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 312.41 g; suma cukrów prostych: 32.34 g; Błonnik pokarmowy: 9.4 g; Sól: 3.77 g; WW: 30.49 Por; Cholesterol: 153 mg;

| wtorek 2024-03-19  |  |   | Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2 |  |  |
|--|--|---|---|--|--|
| 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> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | dyniowa z ziemniakami b/mleka - dieta 300 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jaja 2 szt ( <u>JAJ</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |   |  |  |
| II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem 400 g ( <u>MLE</u> ),  |  | Posiłek nocny: kakao 30 g ( <u>GLU</u> ), marchwianka 200 ml , chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),   |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1868.4 kcal; Białko ogółem: 83.42 g; Tłuszcz: 66.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.42 g; Węglowodany ogółem: 243.13 g; suma cukrów prostych: 48.18 g; Błonnik pokarmowy: 38.79 g; Sól: 7.96 g; WW: 20.67 Por; Cholesterol: 835.79 mg;

| wtorek 2024-03-19  |  |   | Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3 |  |  |
|--|--|---|---|--|--|
| chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 17 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , salata zielona maslowa 20 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | dyniowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Ryż biały na sypko 100 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | makaron z białym serem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |   |  |  |
| II Śniadanie: kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), Mus z truskawek 200 g ,  |  | Posiłek nocny: kakao 30 g ( <u>GLU</u> ), chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),                    |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2000.19 kcal; Białko ogółem: 79.51 g; Tłuszcz: 47.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.58 g; Węglowodany ogółem: 321.76 g; suma cukrów prostych: 66.69 g; Błonnik pokarmowy: 37.1 g; Sól: 6.18 g; WW: 28.71 Por; Cholesterol: 169.68 mg;

| wtorek 2024-03-19   |   |   | Jadłospis dla diety: Biegunkowa |  |  |
|---|---|---|---------------------------------|--|--|
| Herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), kleik ryżowy na wodzie 250 ml ,           | ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,     |                                 |  |  |
| II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |   | Posiłek nocny: marchwianka 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |                                 |  |  |

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

## Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2024-03-19  |  |   | Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS |  |  |
|--|--|---|---|--|--|
| plátky jęczmienne na mleku 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), placki bananowe 150 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25g 2 szt, jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, | zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, gulasz segetyński 250 g ( <u>GLU</u> , <u>może zawierać</u> : <u>SEL</u> ), kapusta biała zasmażana 150 g ( <u>GLU</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> ), serek wiejski 1 szt ( <u>MLE</u> ), miód 25g 2 szt, bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, jaja 2 szt ( <u>JAJ</u> ), |   |  |  |
|  |  | Posiłek nocny: ciasto jogurtowe 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać</u> : <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ), sok przecier. warzywno-ow. 300-330ml 1 szt,   |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3190.56 kcal; Białko ogółem: 139.36 g; Tłuszcz: 127.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.02 g; Węglowodany ogółem: 385.94 g; suma cukrów prostych: 101.95 g; Błonnik pokarmowy: 35.23 g; Sól: 8.87 g; WW: 35.32 Por; Cholesterol: 1038.81 mg;

| wtorek 2024-03-19   |  |  | Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow. |  |  |
|---|--|--|--|--|--|
| plátky jęczmienne na mleku 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, pomidor b/skóry 100 g, | zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, gulasz segetyński 250 g ( <u>GLU</u> , <u>może zawierać</u> : <u>SEL</u> ), kapusta biała zasmażana 150 g ( <u>GLU</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> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 100 g, serek wiejski 1 szt ( <u>MLE</u> ), hummus klasyczny 1 szt ( <u>SEZ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, jaja 2 szt ( <u>JAJ</u> ), |  |  |  |
|   |  | Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml 1 szt,  |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3194.76 kcal; Białko ogółem: 160.43 g; Tłuszcz: 145.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.38 g; Węglowodany ogółem: 324.17 g; suma cukrów prostych: 57.76 g; Błonnik pokarmowy: 37.37 g; Sól: 8.17 g; WW: 28.83 Por; Cholesterol: 840.98 mg;

| wtorek 2024-03-19   |  |  | 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 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.tł.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;

| wtorek 2024-03-19   |   |   | Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary) |  |  |
|---|---|---|---|--|--|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, | kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, | kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, |   |  |  |

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

| wtorek 2024-03-19  |  |  | Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary) |  |  |
|--|--|--|---|--|--|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, | kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, | kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1369.65 kcal; Białko ogółem: 38.25 g; Tłuszcz: 12.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.55 g; Węglowodany ogółem: 274.64 g; suma cukrów prostych: .35 g; Błonnik pokarmowy: 10.59 g; Sól: .57 g; WW: 26.39 Por; Cholesterol: 0 mg;

| wtorek 2024-03-19  |  |  | Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary) |  |  |
|--|--|--|--|--|--|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), | grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g, Herbata czarna b/c 200 ml, | kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), |  |  |  |

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

## Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2024-03-19  |  |  | Jadłospis dla diety: Bariatryczna |   |  |
|--|--|--|-----------------------------------|---|--|
| zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <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 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;

| wtorek 2024-03-19   |  |  | 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 , |  | gryskowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>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 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</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , ), kakao 30 g ( <u>GLU</u> , ),  |  |  |   | Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 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;

| wtorek 2024-03-19  |  |  | 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;

| wtorek 2024-03-19   |  |  | Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa |  |  |
|---|--|--|----------------------------------|--|--|
| chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 15 g ( <u>MLE</u> , ), twarożek 100 g ( <u>MLE</u> , ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |  | Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> , ), woda n/gaz 0,5L 1 szt , |                                  | risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1615.22 kcal; Białko ogółem: 73.73 g; Tłuszcz: 45.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.08 g; Węglowodany ogółem: 249.15 g; suma cukrów prostych: 117.5 g; Błonnik pokarmowy: 51.12 g; Sól: 3.3 g; WW: 20.25 Por; Cholesterol: 223.83 mg;

| wtorek 2024-03-19 |  |   | Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny |  |  |
|-------------------|--|---|--|--|--|
|                   |  | .pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , ), .ziemniaki 250 g , .filet drobiowy duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), .sałatka coleslaw 200 g ( <u>JAJ</u> , ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , .filet drobiowy duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), sos do obiadu 200 g , |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1021.25 kcal; Białko ogółem: 61.27 g; Tłuszcz: 37.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.09 g; Węglowodany ogółem: 113.25 g; suma cukrów prostych: 20.56 g; Błonnik pokarmowy: 13.16 g; Sól: 3.88 g; WW: 10.21 Por; Cholesterol: 116 mg;

| wtorek 2024-03-19                                 |  |  | Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa |   |  |
|---|--|--|----------------------------------|---|--|
| II Śniadanie: banany 200 g , marchwianka 300 ml , |  |  |                                  | Posiłek nocny: serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE</u> , ), |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1615.22 kcal; Białko ogółem: 73.73 g; Tłuszcz: 45.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.08 g; Węglowodany ogółem: 249.15 g; suma cukrów prostych: 117.5 g; Błonnik pokarmowy: 51.12 g; Sól: 3.3 g; WW: 20.25 Por; Cholesterol: 223.83 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2024-03-19  |  |  | Jadłospis dla diety: Niemowlęca papkowata (0-1 lat) |  |  |
|--|--|--|---|--|--|
| chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 200 ml , | .pomidorowa z makaronem 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 100 g , .pulpet drobiowy w sosie pomidorowym 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 150 g ( <u>GLU</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , | chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby z ryżem 40 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .marchew gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 200 ml , |   |  |  |
|  |  | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),  |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1331.34 kcal; Białko ogółem: 74.61 g; Tłuszcz: 58.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.68 g; Węglowodany ogółem: 131.23 g; suma cukrów prostych: 26.36 g; Błonnik pokarmowy: 12.14 g; Sól: 5.63 g; WW: 11.98 Por; Cholesterol: 193.78 mg;

| wtorek 2024-03-19  |  |  | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji |  |  |
|--|--|--|---|--|--|
| chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , dżem owocowy 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | sos do obiadu 100 g , .pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 150 g ( <u>GLU</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , | chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby z ryżem 80 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |   |  |  |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ),                                       |  | Posiłek nocny: masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g ,  |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2221.3 kcal; Białko ogółem: 109.63 g; Tłuszcz: 70.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.02 g; Węglowodany ogółem: 296.98 g; suma cukrów prostych: 49.41 g; Błonnik pokarmowy: 19.03 g; Sól: 7.2 g; WW: 28.12 Por; Cholesterol: 157.2 mg;

| wtorek 2024-03-19   |  |  | Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej |  |  |
|---|--|--|--|--|--|
| chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 50 g , | .pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy panierowany 110 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sałatka coleslaw 150 g ( <u>JAJ</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , | chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby z ryżem 80 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |  |  |  |
| II Śniadanie: twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),   |  | Posiłek nocny: banan 200 g ,   |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2491.19 kcal; Białko ogółem: 101.32 g; Tłuszcz: 89.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.6 g; Węglowodany ogółem: 338.3 g; suma cukrów prostych: 76.7 g; Błonnik pokarmowy: 45.64 g; Sól: 8.09 g; WW: 29.59 Por; Cholesterol: 156.52 mg;

| wtorek 2024-03-19  |  |  | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA |  |  |
|--|--|--|---|--|--|
| chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | .pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), Risotto wegetariańskie 400 g ( <u>SEL</u> ), sałatka coleslaw 150 g ( <u>JAJ</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , | chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , .pasta z ryby wędzonej i twarogu 80 g ( <u>RYB</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), |   |  |  |
|  |  | Posiłek nocny: banan 200 g ,   |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2169.06 kcal; Białko ogółem: 72.17 g; Tłuszcz: 65.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.4 g; Węglowodany ogółem: 337.7 g; suma cukrów prostych: 76.02 g; Błonnik pokarmowy: 42.5 g; Sól: 8.92 g; WW: 29.76 Por; Cholesterol: 80.97 mg;

| wtorek 2024-03-19  |  |  | Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna |  |  |
|--|--|--|--|--|--|
| chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , dżem owocowy 50 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , | .pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , szpinak gotowany - dieta 150 g ( <u>GLU</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g , | chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby z ryżem 80 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .marchew gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |  |  |  |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), sok owocowy 200ml 200 g ,                                       |  | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),   |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2807.63 kcal; Białko ogółem: 143.19 g; Tłuszcz: 83.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.78 g; Węglowodany ogółem: 380.7 g; suma cukrów prostych: 97.76 g; Błonnik pokarmowy: 22.45 g; Sól: 10.12 g; WW: 36.05 Por; Cholesterol: 178.2 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2024-03-19   |   | Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa   |
|---|---|--|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, wędlina 100g 100 g, chleb razowy 120g 0 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), | .pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g, .filet drobiowy duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g, szpinak gotowany - dieta 150 g ( <u>GLU</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 g, | chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), .pasta z ryby z ryżem 80 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .marchew gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, |
| <b>II Śniadanie:</b> twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml,   |   | <b>Posiłek nocny:</b> wędlina 50 g, chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2476.53 kcal; Białko ogółem: 152.47 g; Tłuszcz: 85.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.26 g; Węglowodany ogółem: 303.02 g; suma cukrów prostych: 36.22 g; Błonnik pokarmowy: 42.82 g; Sól: 12.06 g; WW: 26.3 Por; Cholesterol: 193.37 mg;