

Jadłospisy dla oddziałów

| USK 1 W SZCZECINIE | | |
|--|---|---|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| sobota 2024-03-23 | | |
| Jadłospis dla diety: Podstawowa | | |
| chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2szt 100 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | .ogórkowa 400 g (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .pulpet drobiowy w sosie 85 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .sałatka z buraków i warzyw z majonezem 150 g (<u>JAJ</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
| | | Posiłek nocny: gruszka 150 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2489.68 kcal; Białko ogółem: 96.35 g; Tłuszcz: 100.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.22 g; Węglowodany ogółem: 320.22 g; suma cukrów prostych: 46.69 g; Błonnik pokarmowy: 39.28 g; Sól: 10.53 g; WW: 28.33 Por; Cholesterol: 787.46 mg;

| | | |
|--|---|---|
| sobota 2024-03-23 | | |
| Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego | | |
| chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2szt 100 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | .ogórkowa 400 g (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .pulpet drobiowy w sosie 85 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .sałatka z buraków i warzyw z majonezem 150 g (<u>JAJ</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
| | | Posiłek nocny: gruszka 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2496.88 kcal; Białko ogółem: 96.53 g; Tłuszcz: 100.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.22 g; Węglowodany ogółem: 322.32 g; suma cukrów prostych: 47.71 g; Błonnik pokarmowy: 40.38 g; Sól: 10.53 g; WW: 28.43 Por; Cholesterol: 787.46 mg;

| | | |
|--|---|--|
| sobota 2024-03-23 | | |
| Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji | | |
| masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2szt 100 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), | .ogórkowa 400 g (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .pulpet drobiowy w sosie 85 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .sałatka z buraków i warzyw z majonezem 150 g (<u>JAJ</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
| II Śniadanie: serek homogenizowany straciatella 200 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: gruszka 150 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2552.46 kcal; Białko ogółem: 108.7 g; Tłuszcz: 102.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.62 g; Węglowodany ogółem: 317.52 g; suma cukrów prostych: 53.2 g; Błonnik pokarmowy: 39.88 g; Sól: 11.18 g; WW: 27.99 Por; Cholesterol: 807.76 mg;

| | | |
|--|---|---|
| sobota 2024-03-23 | | |
| Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat) | | |
| chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2szt 100 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | .ogórkowa 400 g (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .pulpet drobiowy w sosie 85 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .sałatka z buraków i warzyw z majonezem 150 g (<u>JAJ</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 30g 30 g , |
| II Śniadanie: serek homogenizowany straciatella 200 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: gruszka 150 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2624.65 kcal; Białko ogółem: 105.76 g; Tłuszcz: 109.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.71 g; Węglowodany ogółem: 324.25 g; suma cukrów prostych: 49.69 g; Błonnik pokarmowy: 39.28 g; Sól: 10.44 g; WW: 28.74 Por; Cholesterol: 565.19 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-03-23 | | | 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. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2szt 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml, jabłko gotowane 150 g, | .ogórkowa 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .pulpet drobiowy w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml, dynia gotowana 150 g, | chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g, Herbata czarna z/c 400 ml, szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), | | | |
| II Śniadanie: serek homogenizowany straciatella 200 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2811.51 kcal; Białko ogółem: 121.9 g; Tłuszcz: 120.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.75 g; Węglowodany ogółem: 319.77 g; suma cukrów prostych: 50.98 g; Błonnik pokarmowy: 47.99 g; Sól: 10.85 g; WW: 27.59 Por; Cholesterol: 842.96 mg;

| sobota 2024-03-23 | | | 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. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2szt 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, | .grysikowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .pulpet drobiowy w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g, .sałatka z buraków i warzyw z majonezem 150 g (<u>JAJ</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml, | chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna z/c 400 ml, | | | |
| II Śniadanie: serek homogenizowany straciatella 200 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: gruszka 150 g, | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2657.58 kcal; Białko ogółem: 106.24 g; Tłuszcz: 108.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.71 g; Węglowodany ogółem: 332.51 g; suma cukrów prostych: 48.2 g; Błonnik pokarmowy: 39.12 g; Sól: 9.24 g; WW: 29.61 Por; Cholesterol: 565.19 mg;

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna | | |
|--|---|--|-----------------------------------|--|--|
| chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2szt 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, | .grysikowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .pulpet drobiowy w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g, .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), sałatka z buraczków i jabłka 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml, | chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna z/c 400 ml, | | | |
| | | Posiłek nocny: banan 200 g, | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2386.74 kcal; Białko ogółem: 89.75 g; Tłuszcz: 95.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.57 g; Węglowodany ogółem: 302.72 g; suma cukrów prostych: 65.55 g; Błonnik pokarmowy: 25.33 g; Sól: 8.81 g; WW: 28.04 Por; Cholesterol: 786.46 mg;

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat) | | |
|--|---|--|--|--|--|
| chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2szt 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, | .grysikowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .pulpet drobiowy w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g, .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), sałatka z buraczków i jabłka 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml, | chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna z/c 400 ml, wędlina 50 g, | | | |
| II Śniadanie: serek homogenizowany straciatella 200 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: banan 200 g, | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2571.71 kcal; Białko ogółem: 110.16 g; Tłuszcz: 104.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.06 g; Węglowodany ogółem: 307.25 g; suma cukrów prostych: 68.55 g; Błonnik pokarmowy: 25.33 g; Sól: 8.72 g; WW: 28.5 Por; Cholesterol: 564.19 mg;

| sobota 2024-03-23 | | | 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. 16.67g 16.67 g (<u>MLE</u>), .twaróg krajanka z młkiem i koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, | .grysikowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .pulpet drobiowy w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml, dynia gotowana 150 g, | chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 250 ml, | | | |
| II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 40 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g, | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2148.43 kcal; Białko ogółem: 108.11 g; Tłuszcz: 87.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.35 g; Węglowodany ogółem: 259.83 g; suma cukrów prostych: 22.04 g; Błonnik pokarmowy: 32.8 g; Sól: 7.86 g; WW: 22.99 Por; Cholesterol: 297.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police | | |
|---|--|---|--|--|--|
| chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, | .grycikowa z ziemiakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), pulpet drobiowy w sosie 170 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g, kompot z porzeczek czarnych 250 ml, dynia gotowana 150 g, | chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 250 ml, | | | |
| II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, | | Posiłek nocny: pomidor 50 g, | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2053.07 kcal; Białko ogółem: 122.38 g; Tłuszcz: 71.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.51 g; Węglowodany ogółem: 256.65 g; suma cukrów prostych: 22.9 g; Błonnik pokarmowy: 31.02 g; Sól: 7.23 g; WW: 22.86 Por; Cholesterol: 279.73 mg;

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat) | | |
|---|--|---|--|--|--|
| chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, | .ogórkowa 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), pulpet drobiowy w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g, kompot z porzeczek czarnych 250 ml, dynia gotowana 150 g, | chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 250 ml, | | | |
| II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), sok owocowy 200ml 200 g, gruszka 150 g, | | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 40 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g, | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2325.05 kcal; Białko ogółem: 110.65 g; Tłuszcz: 88.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.51 g; Węglowodany ogółem: 301.08 g; suma cukrów prostych: 54.27 g; Błonnik pokarmowy: 37.58 g; Sól: 9.45 g; WW: 26.54 Por; Cholesterol: 297.83 mg;

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł. | | |
|---|--|---|---|--|--|
| chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, | .ogórkowa 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), pulpet drobiowy w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g, kompot z porzeczek czarnych 250 ml, dynia gotowana 150 g, | chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 250 ml, | | | |
| II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 40 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g, | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2142 kcal; Białko ogółem: 114.43 g; Tłuszcz: 66.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.69 g; Węglowodany ogółem: 302.17 g; suma cukrów prostych: 26.56 g; Błonnik pokarmowy: 40.96 g; Sól: 10.33 g; WW: 26.39 Por; Cholesterol: 230.73 mg;

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800) | | |
|---|---|---|---|--|--|
| chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, | .ogórkowa 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), pulpet drobiowy w sosie 170 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g, kompot z porzeczek czarnych 250 ml, dynia gotowana 150 g, | chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 250 ml, | | | |
| II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), | Podwieczorek: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 50 g, | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 40 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g, | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2644.36 kcal; Białko ogółem: 142.39 g; Tłuszcz: 115.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.89 g; Węglowodany ogółem: 288.48 g; suma cukrów prostych: 26.8 g; Błonnik pokarmowy: 36.86 g; Sól: 10.89 g; WW: 25.45 Por; Cholesterol: 439.51 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-03-23 | | | 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>), Herbata czarna b/c 250 ml , .twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), .marchew gotowana 100 g , | .grycikowa z ziemiakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .pulpet drobiowy w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), .sos do obiadu 100 g , ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , wędlina 50 g , szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), | | | |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml , chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1927.52 kcal; Białko ogółem: 95.42 g; Tłuszcz: 53.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 10.73 g; Węglowodany ogółem: 271.12 g; suma cukrów prostych: 22.64 g; Błonnik pokarmowy: 25.05 g; Sól: 11.19 g; WW: 24.95 Por; Cholesterol: 124.05 mg;

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa | | |
|---|---|---|---|--|--|
| Herbata czarna b/c 250 ml , chleb PKU 120g 120 g , dżem owocowy 50 g , pomidor 100 g , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), | .grycikowa z ziemiakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Kotlety ziemniaczane 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), dynia gotowana 150 g , .sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , wędlina 50 g , szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), | | | |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml , | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2024.99 kcal; Białko ogółem: 42.55 g; Tłuszcz: 64.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 12.82 g; Węglowodany ogółem: 316.34 g; suma cukrów prostych: 38.66 g; Błonnik pokarmowy: 18.13 g; Sól: 5.98 g; WW: 30.04 Por; Cholesterol: 102.64 mg;

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu | | |
|--|--|--|---|--|--|
| chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , .twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , | .grycikowa z ziemiakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .pulpet drobiowy w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), .sos do obiadu 100 g , ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 50 g , szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), | | | |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml , biszkopty 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2059.58 kcal; Białko ogółem: 94.87 g; Tłuszcz: 51.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 11.2 g; Węglowodany ogółem: 305.8 g; suma cukrów prostych: 71.79 g; Błonnik pokarmowy: 21.78 g; Sól: 8.6 g; WW: 28.68 Por; Cholesterol: 193.05 mg;

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego | | |
|--|--|--|--|--|--|
| masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , .twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , | .grycikowa z ziemiakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .pulpet drobiowy w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), .sos do obiadu 100 g , ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 50 g , szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), | | | |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml , biszkopty 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2059.58 kcal; Białko ogółem: 94.87 g; Tłuszcz: 51.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 11.2 g; Węglowodany ogółem: 305.8 g; suma cukrów prostych: 71.79 g; Błonnik pokarmowy: 21.78 g; Sól: 8.6 g; WW: 28.68 Por; Cholesterol: 193.05 mg;

| sobota 2024-03-23 | | | 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. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2szt 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | .grycikowa z ziemiakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .pulpet drobiowy w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), .sos do obiadu 100 g , .sałatka z buraków i warzyw z majonezem 150 g (<u>JAJ</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | | | |
| II Śniadanie: serek homogenizowany straciatella 200 g (<u>MLE</u>), biszkopty 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), | | Posiłek nocny: gruszka 150 g , | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2935.11 kcal; Białko ogółem: 120.13 g; Tłuszcz: 118.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.67 g; Węglowodany ogółem: 366.53 g; suma cukrów prostych: 66.9 g; Błonnik pokarmowy: 39.52 g; Sól: 9.58 g; WW: 33 Por; Cholesterol: 911.96 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona | | |
|--|--|-------------------------|--|---|--|
| płynna - śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), | | płynna - obiad 600 ml , | | płynna - kolacja 350 ml (<u>MLE, SEL</u>), | |
| II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), | | | | Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE, SEL</u>), | |

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

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Papkowata | | |
|---|--|----------------------------|--------------------------------|--|--|
| papkowata- śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), | | papkowata - obiad 650 ml , | | papkowata - kolacja 350 ml (<u>MLE, SEL</u>), | |
| II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), | | | | Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE, 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 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Rozdrobniona | | |
|---|--|--|-----------------------------------|---|--|
| chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , ,twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), dżem owocowy 50 g , | | .grysikowa z ziemiakami 400 g (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .pulpet drobiowy w sosie 85 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), .sos do obiadu 100 g , ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | | chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 250 ml , Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>), szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), | |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | | | Posiłek nocny: biszkopty 50 g (<u>GLU, JAJ</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2531.08 kcal; Białko ogółem: 96.4 g; Tłuszcz: 89.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.42 g; Węglowodany ogółem: 334.99 g; suma cukrów prostych: 61.2 g; Błonnik pokarmowy: 19.75 g; Sól: 7.33 g; WW: 31.83 Por; Cholesterol: 238.53 mg;

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów | | |
|---|--|--|---|--|--|
| chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , ,twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), .marchew gotowana 150 g , | | .grysikowa z ziemiakami 400 g (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .pulpet drobiowy w sosie 85 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), .sos do obiadu 100 g , ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | | chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>), szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), | |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | | | Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2335.69 kcal; Białko ogółem: 111.97 g; Tłuszcz: 89.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.59 g; Węglowodany ogółem: 283.82 g; suma cukrów prostych: 19.58 g; Błonnik pokarmowy: 23.03 g; Sól: 10.56 g; WW: 26.47 Por; Cholesterol: 179.55 mg;

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca | | |
|--|--|---|--|--|--|
| chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ,twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | | .ogórkowa 400 g (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .pulpet drobiowy w sosie 85 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), .sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , dynia gotowana 150 g , | | chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | | | Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1808.15 kcal; Białko ogółem: 100.55 g; Tłuszcz: 64.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.8 g; Węglowodany ogółem: 223.06 g; suma cukrów prostych: 19.66 g; Błonnik pokarmowy: 28.41 g; Sól: 8.01 g; WW: 19.7 Por; Cholesterol: 193.95 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa | | |
|--|--|--|--------------------------------------|--|--|
| chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), .twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | ogórkowa 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .pulpet drobiowy w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .sałatka z buraków i warzyw z majonezem 150 g (<u>JAJ</u>), | chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | | | |
| II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 40 g (<u>MLE</u>), pomidor 50 g , | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2197.16 kcal; Białko ogółem: 109.27 g; Tłuszcz: 92.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.14 g; Węglowodany ogółem: 260.11 g; suma cukrów prostych: 30.4 g; Błonnik pokarmowy: 34.97 g; Sól: 9.1 g; WW: 22.73 Por; Cholesterol: 297.53 mg;

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna | | |
|--|---|--|---|--|--|
| chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 50 g , dżem owocowy 50 g , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), .pulpet drobiowy w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , ziemniaki gotowane 200 g , dynia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , Herbata czarna z/c 400 ml , Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>), szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), | | | |
| | | Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml , biszkopty 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2140.24 kcal; Białko ogółem: 89.67 g; Tłuszcz: 63.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.91 g; Węglowodany ogółem: 312.73 g; suma cukrów prostych: 69.3 g; Błonnik pokarmowy: 20.26 g; Sól: 5.46 g; WW: 29.46 Por; Cholesterol: 171.33 mg;

| sobota 2024-03-23 | | | 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>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , wędlina 50 g , margaryna 15 g , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .pulpet drobiowy w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .sałatka z buraków i warzyw z majonezem 150 g (<u>JAJ</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , | | | |
| | | Posiłek nocny: gruszka 150 g , | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2392.68 kcal; Białko ogółem: 100.8 g; Tłuszcz: 84.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.43 g; Węglowodany ogółem: 325.92 g; suma cukrów prostych: 43.19 g; Błonnik pokarmowy: 37.63 g; Sól: 4.71 g; WW: 29.08 Por; Cholesterol: 658.88 mg;

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Atopowa | | |
|---|--|--|------------------------------|--|--|
| wafle ryżowe 40 g , margaryna sztukowa 15g 2 szt , filet z indyka gotowany 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , | kałafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g (<u>GLU</u>), woda n/gaz 0,5L 1 szt , surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , kasza jaglana na wodzie 200 ml , | wafle ryżowe 40 g , margaryna sztukowa 15g 2 szt , Pulpet z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 Por , brokiet gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , | | | |
| II Śniadanie: gruszka 300 g , | | Posiłek nocny: kasza jaglana na wodzie 200 ml , Mus z jabłek b/c 150 g , | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2058.28 kcal; Białko ogółem: 69.45 g; Tłuszcz: 69.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 12.03 g; Węglowodany ogółem: 298.32 g; suma cukrów prostych: 68.72 g; Błonnik pokarmowy: 42.59 g; Sól: 1.75 g; WW: 25.56 Por; Cholesterol: 148.47 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN | | |
|---|---|--|---|--|--------------------------------|
| ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (<u>MLE</u>), chleb bezglutenowy 120g 120 g , wędlina 50 g , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .sałatka z buraków i warzyw z majonezem 150 g (<u>JAJ</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , pulpet drobiowy b/glut 90 g (<u>JAJ</u>), | masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , | | | |
| | | | | | Posiłek nocny: gruszka 150 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2029.99 kcal; Białko ogółem: 91.83 g; Tłuszcz: 96.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.76 g; Węglowodany ogółem: 205.08 g; suma cukrów prostych: 38.13 g; Błonnik pokarmowy: 10.59 g; Sól: 1.47 g; WW: 19.58 Por; Cholesterol: 780.51 mg;

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA | | |
|---|---|---|--|--|--------------------------------|
| ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , chleb bezglutenowy 120g 120 g , wędlina 50 g , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .sałatka z buraków i warzyw z majonezem 150 g (<u>JAJ</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , pulpet drobiowy b/glut 90 g (<u>JAJ</u>), | margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , | | | |
| | | | | | Posiłek nocny: gruszka 150 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1995.41 kcal; Białko ogółem: 91.66 g; Tłuszcz: 93.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.52 g; Węglowodany ogółem: 205.07 g; suma cukrów prostych: 37.93 g; Błonnik pokarmowy: 10.59 g; Sól: 1.47 g; WW: 19.58 Por; Cholesterol: 697.83 mg;

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykl. GLUTEN | | |
|---|---|--|---|--|--|
| ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (<u>MLE</u>), chleb bezglutenowy 120g 120 g , wędlina 50 g , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .sałatka z buraków i warzyw z majonezem 150 g (<u>JAJ</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , pulpet drobiowy b/glut 90 g (<u>JAJ</u>), | masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , | | | |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | | | | Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2225.74 kcal; Białko ogółem: 115.76 g; Tłuszcz: 111.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.54 g; Węglowodany ogółem: 197.1 g; suma cukrów prostych: 32.55 g; Błonnik pokarmowy: 8.77 g; Sól: 1.65 g; WW: 19.05 Por; Cholesterol: 836.01 mg;

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML | | |
|---|--|--|--|--|--------------------------------|
| ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , wędlina 50 g , margaryna 15 g , chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .pulpet drobiowy w sosie 85 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .sałatka z buraków i warzyw z majonezem 150 g (<u>JAJ</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , | | | |
| II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , pomidor 100 g , | | | | | Posiłek nocny: gruszka 150 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2595.12 kcal; Białko ogółem: 105.16 g; Tłuszcz: 96.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.43 g; Węglowodany ogółem: 348.41 g; suma cukrów prostych: 50.97 g; Błonnik pokarmowy: 43.34 g; Sól: 5.84 g; WW: 30.74 Por; Cholesterol: 661.38 mg;

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML | | |
|---|---|---|--|--|--------------------------------|
| ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , chleb bezglutenowy 120g 120 g , wędlina 50 g , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .sałatka z buraków i warzyw z majonezem 150 g (<u>JAJ</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , pulpet drobiowy b/glut 90 g (<u>JAJ</u>), | margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , | | | |
| | | | | | Posiłek nocny: gruszka 150 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1995.41 kcal; Białko ogółem: 91.66 g; Tłuszcz: 93.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.52 g; Węglowodany ogółem: 205.07 g; suma cukrów prostych: 37.93 g; Błonnik pokarmowy: 10.59 g; Sól: 1.47 g; WW: 19.58 Por; Cholesterol: 697.83 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Dna moczanowa | | |
|---|---|--|------------------------------------|--|--|
| chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), | .ogórkowa 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), sos do obiadu 100 g , sałatka z buraków i warzyw z majonezem 150 g (<u>JAJ</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , Kotlety sojowe 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), | chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | | | |
| | | Posiłek nocny: gruszka 150 g , | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2220.15 kcal; Białko ogółem: 89.1 g; Tłuszcz: 80.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.3 g; Węglowodany ogółem: 299.07 g; suma cukrów prostych: 46.52 g; Błonnik pokarmowy: 38.41 g; Sól: 10.03 g; WW: 26.28 Por; Cholesterol: 674.73 mg;

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2 | | |
|---|---|---|---|--|--|
| chleb pszenny krojony 75 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), jogurt naturalny b/l 1 szt (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU</u>), marchewka gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | chleb pszenny krojony 75 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | | | |
| II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g , | | Posiłek nocny: kakao 30 g (<u>GLU</u>), zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml (<u>SEL</u>), | | | |

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

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3 | | |
|---|--|--|---|--|--|
| kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | pomidorowa z makaronem drobnym- dieta b/ml 300 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), surówka z marchwi i jabłka - dieta 100 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , | chleb pszenny krojony 75 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 17 g (<u>MLE</u>), jaja 2 szt (<u>JAJ</u>), sałata zielona masłowa 20 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | | | |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 75 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 17 g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u>), dynia gotowana 100 g , sałata zielona masłowa 20 g , | | Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c 200 ml , kakao 30 g (<u>GLU</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2034.07 kcal; Białko ogółem: 92.26 g; Tłuszcz: 76.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.17 g; Węglowodany ogółem: 247.93 g; suma cukrów prostych: 50.99 g; Błonnik pokarmowy: 31.43 g; Sól: 4.33 g; WW: 21.95 Por; Cholesterol: 847.48 mg;

| sobota 2024-03-23 | | | 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;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS | | |
|---|--|--|---|--|--|
| ryż na mleku 400 g (<u>MLE</u>), chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), jaja 2 szt (<u>JAJ</u>), majonez saszetka 15 g (<u>JAJ</u>), pomidor b/skóry 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml | zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Makaron ugotowany 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), gulasz drobiowy - dieta 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), brokuł z bułką tartą 150 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>), sok pomidorowy 300 ml 1 szt, ser żółty plastry - 100g 1 szt (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, jaja 2 szt (<u>JAJ</u>), | | | |
| | | Posiłek nocny: Mus z truskawek 200 g, biszkopty 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3224.84 kcal; Białko ogółem: 156.16 g; Tłuszcz: 143.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 59.6 g; Węglowodany ogółem: 336.47 g; suma cukrów prostych: 69.78 g; Błonnik pokarmowy: 30.8 g; Sól: 9.55 g; WW: 30.77 Por; Cholesterol: 1657.73 mg;

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow. | | |
|---|--|--|--|--|--|
| ryż na mleku 400 g (<u>MLE</u>), chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), jaja 2 szt (<u>JAJ</u>), pomidor b/skóry 100 g, majonez saszetka 30 g (<u>JAJ</u>), Herbata czarna b/c 250 ml | zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Makaron ugotowany 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), gulasz drobiowy - dieta 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), brokuł z bułką tartą 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>), sok pomidorowy 300 ml 1 szt, ser żółty plastry - 100g 1 szt (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, jaja 2 szt (<u>JAJ</u>), | | | |
| | | Posiłek nocny: Mus z truskawek b/c 200 g, | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3076.14 kcal; Białko ogółem: 150.37 g; Tłuszcz: 149.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 57.03 g; Węglowodany ogółem: 292.29 g; suma cukrów prostych: 45.4 g; Błonnik pokarmowy: 29.07 g; Sól: 9.56 g; WW: 26.56 Por; Cholesterol: 1586.08 mg;

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu | | |
|--|--|--|---|--|--|
| chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 17 g (<u>MLE</u>), wędlina drobiowa 2 50 g, | chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 17 g (<u>MLE</u>), wędlina drobiowa 2 50 g, | chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 17 g (<u>MLE</u>), wędlina drobiowa 2 50 g, | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 911.07 kcal; Białko ogółem: 46.1 g; Tłuszcz: 44.86 g; Kw.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;

| sobota 2024-03-23 | | | 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;

| sobota 2024-03-23 | | | 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;

| sobota 2024-03-23 | | | 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

| sobota 2024-03-23 | | | 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 kukurydzina 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;

| sobota 2024-03-23 | | | 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 , | | grycikowa 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 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.: 2032.26 kcal; Białko ogółem: 75.9 g; Tłuszcz: 51.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.28 g; Węglowodany ogółem: 234.92 g; suma cukrów prostych: 44.18 g; Błonnik pokarmowy: 34.52 g; Sól: 2.9 g; WW: 20.17 Por; Cholesterol: 209.39 mg;

| sobota 2024-03-23 | | | 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;

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa | | |
|--|--|---|----------------------------------|--|--|
| masło 82% tł. 15 g (<u>MLE</u>), jaja 2 szt (<u>JAJ</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU</u>), | | kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g (<u>GLU</u>), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , woda n/gaz 0,5L 1 szt , | | chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 15 g (<u>MLE</u>), filet z indyka gotowany 100 g , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , | |

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

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny | | |
|-------------------|--|--|--|--|--|
| | | .ogórkowa 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .pulpet drobiowy w sosie 170 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .sałatka z buraków i warzyw z majonezem 150 g (<u>JAJ</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1120.25 kcal; Białko ogółem: 62.74 g; Tłuszcz: 38.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.65 g; Węglowodany ogółem: 137.03 g; suma cukrów prostych: 15.11 g; Błonnik pokarmowy: 14.38 g; Sól: 5.69 g; WW: 12.33 Por; Cholesterol: 171.56 mg;

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa | | |
|-------------------------------|--|--|----------------------------------|---|--|
| II Śniadanie: gruszka 300 g , | | | | Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , kasza manna na mleku 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | |

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

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji | | |
|--|--|--|---|--|--|
| chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2szt 100 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, | .grysikowa z ziemiakami 400 g (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .pulpet drobiowy w sosie 85 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), sos do obiadu 100 g, .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), sałatka z buraczków i jabłka 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml, | chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna z/c 400 ml, | | | |
| II Śniadanie: serek homogenizowany straciatella 200 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: banan 200 g, | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2629.74 kcal; Białko ogółem: 108.8 g; Tłuszcz: 111.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.38 g; Węglowodany ogółem: 307.22 g; suma cukrów prostych: 68.55 g; Błonnik pokarmowy: 25.33 g; Sól: 8.99 g; WW: 28.54 Por; Cholesterol: 841.96 mg;

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej | | |
|--|--|---|--|--|--|
| masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2szt 100 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), wędlina 50 g, | .ogórkowa 400 g (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .pulpet drobiowy w sosie 170 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), sos do obiadu 100 g, .sałatka z buraków i warzyw z majonezem 150 g (<u>JAJ</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml, | chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna z/c 400 ml, ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), | | | |
| II Śniadanie: serek homogenizowany straciatella 200 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: gruszka 150 g, | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2894.28 kcal; Białko ogółem: 144.95 g; Tłuszcz: 136.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.21 g; Węglowodany ogółem: 286.58 g; suma cukrów prostych: 50.71 g; Błonnik pokarmowy: 32.65 g; Sól: 11.36 g; WW: 25.61 Por; Cholesterol: 973.24 mg;

| sobota 2024-03-23 | | | 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. 16.67 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), | .ogórkowa 400 g (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, .sałatka z buraków i warzyw z majonezem 150 g (<u>JAJ</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml, Kotlety sojowe 100 g (<u>GLU, SOJ, MLE</u>), | chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna z/c 400 ml, | | | |
| | | Posiłek nocny: gruszka 150 g, | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1990.89 kcal; Białko ogółem: 85.19 g; Tłuszcz: 73.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31 g; Węglowodany ogółem: 260.12 g; suma cukrów prostych: 47.38 g; Błonnik pokarmowy: 35.54 g; Sól: 10.14 g; WW: 22.65 Por; Cholesterol: 674.73 mg;

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA | | |
|---|--|---|--|--|--|
| chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, Pasta warzywna 100 g (<u>SEL</u>), | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, sałatka z buraczków i jabłka 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml, Kotlety sojowe b/ml 100 g (<u>GLU, SOJ, MLE</u>), | chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna z/c 400 ml, dżem owocowy 50 g, | | | |
| | | Posiłek nocny: gruszka 150 g, suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1959.42 kcal; Białko ogółem: 63.91 g; Tłuszcz: 48.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.81 g; Węglowodany ogółem: 327.97 g; suma cukrów prostych: 61.11 g; Błonnik pokarmowy: 35.37 g; Sól: 4.14 g; WW: 29.31 Por; Cholesterol: 17.55 mg;

| sobota 2024-03-23 | | | Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna | | |
|--|--|--|--|--|--|
| masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2szt 100 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml, jabłko gotowane 150 g, chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), | .grysikowa z ziemiakami 400 g (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .pulpet drobiowy w sosie 85 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), sos do obiadu 100 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml, dynia gotowana 150 g, | masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g, Herbata czarna z/c 400 ml, szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), | | | |
| II Śniadanie: serek homogenizowany straciatella 200 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2732.64 kcal; Białko ogółem: 121.78 g; Tłuszcz: 117.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.37 g; Węglowodany ogółem: 299.15 g; suma cukrów prostych: 44.69 g; Błonnik pokarmowy: 30.91 g; Sól: 9.03 g; WW: 27.24 Por; Cholesterol: 841.96 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-03-23 | | Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa | |
|--|---|--|--|
| masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), parówka 2szt 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ketchup 20 g (<u>SEL</u>), chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), marchew gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml | .ogórkowa 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .pulpet drobiowy w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml, dynia gotowana 150 g, | masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g, szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, | |
| II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), | Podwieczorek: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), | Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2741.49 kcal; Białko ogółem: 125.51 g; Tłuszcz: 138.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.77 g; Węglowodany ogółem: 268.72 g; suma cukrów prostych: 25.1 g; Błonnik pokarmowy: 36.85 g; Sól: 13.79 g; WW: 23.52 Por; Cholesterol: 912.76 mg;