

Jadłospisy dla oddziałów

| USK 1 W SZCZECINIE | | |
|---|---|---|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| środa 2024-03-27 | | |
| 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>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | .grochowa zasmażana 400 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .klopsy wieprzowe w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 150 g , .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>), .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: jabłko 150 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2418.12 kcal; Białko ogółem: 99.72 g; Tłuszcz: 75.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25 g; Węglowodany ogółem: 359.3 g; suma cukrów prostych: 56.14 g; Błonnik pokarmowy: 61.21 g; Sól: 8.92 g; WW: 30.11 Por; Cholesterol: 186.73 mg;

| | | |
|---|---|--|
| środa 2024-03-27 | | |
| Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego | | |
| chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 100 g , dżem owocowy 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | .grochowa zasmażana 350 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsy wieprzowe w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 150 g , sos do obiadu 100 g , | chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</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 , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), |
| | | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , salata zielona 8g 8 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2763.66 kcal; Białko ogółem: 124.44 g; Tłuszcz: 87.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.17 g; Węglowodany ogółem: 397.43 g; suma cukrów prostych: 67.1 g; Błonnik pokarmowy: 54.56 g; Sól: 9.3 g; WW: 34.55 Por; Cholesterol: 223.21 mg;

| | | |
|--|---|--|
| środa 2024-03-27 | | |
| Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji | | |
| wędlina 50 g , pomidor 100 g , chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), | .grochowa zasmażana 350 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsy drobiowe w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 150 g , | chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), .pasta z ryby wędzonej i twarogu 80 g (<u>RYB</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), ogórek świeży 100 g , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml |
| II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: jabłko 150 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2344.59 kcal; Białko ogółem: 137.1 g; Tłuszcz: 87.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.51 g; Węglowodany ogółem: 282.52 g; suma cukrów prostych: 43.29 g; Błonnik pokarmowy: 52.03 g; Sól: 7.85 g; WW: 23.33 Por; Cholesterol: 283.81 mg;

| | | |
|--|---|--|
| środa 2024-03-27 | | |
| Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat) | | |
| wędlina 50 g , pomidor 100 g , chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), | .grochowa zasmażana 350 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsy drobiowe w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 150 g , | chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), .pasta z ryby wędzonej i twarogu 80 g (<u>RYB</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), ogórek świeży 100 g , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), |
| II Śniadanie: mandarynka 100 g , | | Posiłek nocny: jabłko 150 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2291.37 kcal; Białko ogółem: 103.35 g; Tłuszcz: 67.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.13 g; Węglowodany ogółem: 341.37 g; suma cukrów prostych: 45.44 g; Błonnik pokarmowy: 60.59 g; Sól: 8.47 g; WW: 28.39 Por; Cholesterol: 199.74 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-03-27 | | | 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. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , | .grochowa zasmażana 400 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .klopsy wieprzowe w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , cukinia gotowana 150 g , .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>), .pasta z ryby wędzonej i twarogu 80 g (<u>RYB</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), 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 70 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g , | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2797.37 kcal; Białko ogółem: 119.3 g; Tłuszcz: 96.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31 g; Węglowodany ogółem: 386.19 g; suma cukrów prostych: 49.88 g; Błonnik pokarmowy: 62.72 g; Sól: 14.09 g; WW: 32.59 Por; Cholesterol: 212.03 mg;

| środa 2024-03-27 | | | Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca | | |
|--|---|--|--|--|--|
| chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), | .grochowa zasmażana 400 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsy drobiowe w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 150 g , | chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</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 , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), | | | |
| 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>), wędlina 30g 30 g , salata zielona 8g 8 g , | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2713.69 kcal; Białko ogółem: 134.8 g; Tłuszcz: 89.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.39 g; Węglowodany ogółem: 379.32 g; suma cukrów prostych: 44.63 g; Błonnik pokarmowy: 54.84 g; Sól: 9.73 g; WW: 32.79 Por; Cholesterol: 281.36 mg;

| środa 2024-03-27 | | | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna | | |
|---|---|--|-----------------------------------|--|--|
| chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | .ziemniaczana b/koncentratu 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .klopsy drobiowe w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos do obiadu 100 g , cukinia gotowana 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>), .pasta z ryby z ryżem 80 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | | | |
| | | Posiłek nocny: jabłko 150 g , | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2030.36 kcal; Białko ogółem: 83.32 g; Tłuszcz: 63.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.77 g; Węglowodany ogółem: 290.55 g; suma cukrów prostych: 44.71 g; Błonnik pokarmowy: 29.85 g; Sól: 11.07 g; WW: 26.33 Por; Cholesterol: 162.66 mg;

| środa 2024-03-27 | | | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat) | | |
|--|---|---|--|--|--|
| chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , pomidor 100 g , | .ziemniaczana b/koncentratu 400 ml (<u>GLU</u> , <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 , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsy drobiowe w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), cukinia gotowana 150 g , | Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), .pasta z ryby z ryżem 80 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), salata zielona 8g 8 g , | | | |
| II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: jabłko 150 g , | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2196.86 kcal; Białko ogółem: 102.37 g; Tłuszcz: 76.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.59 g; Węglowodany ogółem: 295.05 g; suma cukrów prostych: 47.71 g; Błonnik pokarmowy: 29.85 g; Sól: 11.25 g; WW: 26.84 Por; Cholesterol: 218.16 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji | | |
|---|---|--|
| wędlina 50 g , pomidor 100 g , chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), | .ziemniaczana b/koncentratu 400 ml (<u>GLU</u> , <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 , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsy drobiowe w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 150 g , | chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), .pasta z ryby wędzonej i twarogu 80 g (<u>RYB</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), ogórek świeży 100 g , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), | Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , salata zielona 8g 8 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2291.86 kcal; Białko ogółem: 109.27 g; Tłuszcz: 85.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.26 g; Węglowodany ogółem: 280.95 g; suma cukrów prostych: 26.53 g; Błonnik pokarmowy: 38.5 g; Sól: 8.85 g; WW: 24.52 Por; Cholesterol: 245.43 mg;

| środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police | | |
|---|---|--|
| masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , | .ziemniaczana b/koncentratu 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsy drobiowe w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 150 g , | chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), papryka świeża 100 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), |
| II Śniadanie: pomidor 100 g , | | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , salata zielona 8g 8 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1968.64 kcal; Białko ogółem: 92.74 g; Tłuszcz: 66.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.43 g; Węglowodany ogółem: 268.11 g; suma cukrów prostych: 29.46 g; Błonnik pokarmowy: 38.18 g; Sól: 7.75 g; WW: 23.32 Por; Cholesterol: 712.43 mg;

| środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat) | | |
|--|---|--|
| wędlina 50 g , pomidor 100 g , chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), | .ziemniaczana b/koncentratu 400 ml (<u>GLU</u> , <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 , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsy drobiowe w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 150 g , | chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), .pasta z ryby wędzonej i twarogu 80 g (<u>RYB</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), ogórek świeży 100 g , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sok owocowy 200ml 200 g , twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), mandarynka 100 g , | | Posiłek nocny: salata zielona 8g 8 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.: 2440.32 kcal; Białko ogółem: 121.65 g; Tłuszcz: 92.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.33 g; Węglowodany ogółem: 299.76 g; suma cukrów prostych: 52.77 g; Błonnik pokarmowy: 38.46 g; Sól: 8.6 g; WW: 26.36 Por; Cholesterol: 272.8 mg;

| środa 2024-03-27 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>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | .ziemniaczana b/koncentratu 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .klopsy drobiowe w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos do obiadu 100 g , .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb razowy 100 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 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2016.9 kcal; Białko ogółem: 100.31 g; Tłuszcz: 65.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.4 g; Węglowodany ogółem: 265.04 g; suma cukrów prostych: 25.36 g; Błonnik pokarmowy: 36.01 g; Sól: 8.47 g; WW: 23.16 Por; Cholesterol: 187.25 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800) | | |
|---|---|---|
| wędlina 50 g , pomidor 100 g , chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), | .ziemniaczana b/koncentratu 400 ml (<u>GLU</u> , <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 , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsy drobiowe w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 150 g , | chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), .pasta z ryby z ryżem 80 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), ogórek świeży 100 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), | Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2499.41 kcal; Białko ogółem: 111.15 g; Tłuszcz: 94.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.22 g; Węglowodany ogółem: 313.33 g; suma cukrów prostych: 28.21 g; Błonnik pokarmowy: 42.74 g; Sól: 8.22 g; WW: 27.34 Por; Cholesterol: 240.36 mg;

| środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu | | |
|---|---|---|
| wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), | .ziemniaczana b/koncentratu 400 ml (<u>GLU</u> , <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 , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsy drobiowe w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), cukinia gotowana 150 g , | Herbata czarna b/c 250 ml , 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>), szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), |
| II Śniadanie: jabłko gotowane 150 g , | | Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2035.36 kcal; Białko ogółem: 96.29 g; Tłuszcz: 45.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.04 g; Węglowodany ogółem: 308.6 g; suma cukrów prostych: 26.97 g; Błonnik pokarmowy: 32.06 g; Sól: 11.86 g; WW: 27.88 Por; Cholesterol: 79.98 mg;

| środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa | | |
|--|--|--|
| chleb niskobiałkowy PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , sałata zielona 8g 8 g , wędlina 30g 30 g , | kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , .ziemniaczana b/koncentratu 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .klopsy drobiowe w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos do obiadu 100 g , .ziemniaki 200 g , cukinia gotowana 150 g , | chleb niskobiałkowy PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), .pasta z ryby z ryżem 40 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), |
| II Śniadanie: jabłko gotowane 150 g , | | Posiłek nocny: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2041.52 kcal; Białko ogółem: 52.59 g; Tłuszcz: 81.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.11 g; Węglowodany ogółem: 275.82 g; suma cukrów prostych: 29.93 g; Błonnik pokarmowy: 22.91 g; Sól: 8.5 g; WW: 25.51 Por; Cholesterol: 203.98 mg;

| środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu | | |
|--|---|---|
| chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , | .ziemniaczana b/koncentratu 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .klopsy drobiowe w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos do obiadu 100 g , cukinia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb pszenny krojony 120g 0 g (<u>GLU</u>), 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>), szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2060.5 kcal; Białko ogółem: 102.06 g; Tłuszcz: 46.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.98 g; Węglowodany ogółem: 316.29 g; suma cukrów prostych: 42.84 g; Błonnik pokarmowy: 31.52 g; Sól: 11.64 g; WW: 28.72 Por; Cholesterol: 79.98 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-03-27 | | | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego | | |
|--|---|--|--|--|--|
| 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 , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), | .ziemniaczana b/koncentratu 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .klopsy drobiowe w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos do obiadu 100 g , cukinia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | 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>), szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), | | | |
| | | Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g , | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2140.08 kcal; Białko ogółem: 86.94 g; Tłuszcz: 70.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.13 g; Węglowodany ogółem: 297.65 g; suma cukrów prostych: 42.89 g; Błonnik pokarmowy: 30.71 g; Sól: 11.3 g; WW: 26.92 Por; Cholesterol: 162.66 mg;

| środa 2024-03-27 | | | Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal) | | |
|--|---|---|--|--|--|
| chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | .ziemniaczana b/koncentratu 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsy drobiowe w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), cukinia gotowana 150 g , | chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g (<u>GLU</u>), .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 , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), | | | |
| II Śniadanie: twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2615.16 kcal; Białko ogółem: 111.17 g; Tłuszcz: 87.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.21 g; Węglowodany ogółem: 366.36 g; suma cukrów prostych: 36.02 g; Błonnik pokarmowy: 41.92 g; Sól: 12.88 g; WW: 32.78 Por; Cholesterol: 213.76 mg;

| środa 2024-03-27 | | | 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;

| środa 2024-03-27 | | | 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;

| środa 2024-03-27 | | | Jadłospis dla diety: Rozdrobniona | | |
|--|--|--|-----------------------------------|--|--|
| włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g (<u>SEL</u>), .ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), | .ziemniaczana b/koncentratu 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .ziemiaki 200 g , sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsy drobiowe w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), cukinia gotowana 150 g , | Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), 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>), szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), .ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), | | | |
| | | Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2386.84 kcal; Białko ogółem: 99.94 g; Tłuszcz: 88.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.76 g; Węglowodany ogółem: 295 g; suma cukrów prostych: 27.58 g; Błonnik pokarmowy: 18.55 g; Sól: 11.38 g; WW: 27.88 Por; Cholesterol: 162.66 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów | | |
|--|---|---|
| Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), twaróg krajanka 100g 100 g (<u>MLE</u>), .ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), | .ziemniaczana b/koncentratu 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsy drobiowe w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), cukinia gotowana 150 g , | Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), 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>), szpinak gotowany -dieta 100 g (<u>GLU</u>), .ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), |
| II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml , | | Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2440.84 kcal; Białko ogółem: 102.72 g; Tłuszcz: 88.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.63 g; Węglowodany ogółem: 308.42 g; suma cukrów prostych: 35.38 g; Błonnik pokarmowy: 21.85 g; Sól: 12.73 g; WW: 28.92 Por; Cholesterol: 162.66 mg;

| środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca | | |
|--|---|--|
| masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , | .ziemniaczana b/koncentratu 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 100 g (<u>GLU</u>), sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsy drobiowe w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), cukinia gotowana 150 g , | chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), .pasta z ryby wędzonej i twarogu 80 g (<u>RYB</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), ogórek świeży 100 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1675.67 kcal; Białko ogółem: 98.31 g; Tłuszcz: 64.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.47 g; Węglowodany ogółem: 189.63 g; suma cukrów prostych: 20 g; Błonnik pokarmowy: 24.93 g; Sól: 10.57 g; WW: 16.68 Por; Cholesterol: 217.45 mg;

| środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa | | |
|---|---|--|
| wędlina 50 g , pomidor 100 g , chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), | .ziemniaczana b/koncentratu 400 ml (<u>GLU</u> , <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 , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsy drobiowe w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), cukinia gotowana 150 g , | chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), .pasta z ryby z ryżem 80 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), ogórek świeży 100 g , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: 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 , | | Posiłek nocny: jabłko 150 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2191.68 kcal; Białko ogółem: 96.46 g; Tłuszcz: 76.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.42 g; Węglowodany ogółem: 295.75 g; suma cukrów prostych: 37.66 g; Błonnik pokarmowy: 46.83 g; Sól: 12.04 g; WW: 25.16 Por; Cholesterol: 190.36 mg;

| środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna | | |
|--|--|---|
| wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , | .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , cukinia gotowana 150 g , .klopsy drobiowe b/glut, b/ml 85 g (<u>JAJ</u>), sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .ziemniaczana z konc. pomid. b/glu b/ml 350 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), | Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), szpinak gotowany -dieta 100 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , .pasta z ryby z ryżem 80 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), |
| | | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), jabłko gotowane 150 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2095.85 kcal; Białko ogółem: 87.64 g; Tłuszcz: 64.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.95 g; Węglowodany ogółem: 299.25 g; suma cukrów prostych: 43.98 g; Błonnik pokarmowy: 31.13 g; Sól: 11.21 g; WW: 27.05 Por; Cholesterol: 79.98 mg;

| środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA | | |
|--|--|---|
| chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , | .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 150 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .klopsy drobiowe b/glut, b/ml 85 g (<u>JAJ</u>), .ziemniaczana z konc. pomid. b/glu b/ml 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), | chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), .pasta z ryby z ryżem 80 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , ogórek świeży 100 g , |
| | | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , margaryna 5g 5 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2127.85 kcal; Białko ogółem: 90.99 g; Tłuszcz: 63.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.75 g; Węglowodany ogółem: 321.16 g; suma cukrów prostych: 42.37 g; Błonnik pokarmowy: 43.2 g; Sól: 7.78 g; WW: 28.12 Por; Cholesterol: 81.48 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Atopowa | | |
|--|--|--|
| 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 , | krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g (GLU), Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atopowa 240 g , ziemniaki gotowane 200 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml (GLU), brokuł gotowany 150 g , woda n/gaz 0,5L 1 szt , Zapiekanka z ziemniaków i warzyw - d. atopowa 400 g , | Herbata czarna z/c 250 ml , |
| II Śniadanie: kisiel z jabłek z/c 200 ml , | | Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , ryż na wodzie 200 ml , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1783.71 kcal; Białko ogółem: 60.99 g; Tłuszcz: 58.46 g; Kw.łt.nas.ogółem: 7.92 g; Węglowodany ogółem: 260.89 g; suma cukrów prostych: 73.03 g; Błonnik pokarmowy: 38.84 g; Sól: 1.98 g; WW: 22.47 Por; Cholesterol: 138.52 mg;

| środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN | | |
|---|---|--|
| wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (MLE), dżem owocowy 50 g , | .ziemniaki 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , cukinia gotowana 150 g , ziemniaczana z konc. pomid. b/glu b/ml 350 g (SEL, może zawierać: SEL, GOR), .klopsy drobiowe b/glut, b/ml 85 g (JAJ), sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , | .pasta z ryby z ryżem 80 g (RYB, SEL, może zawierać: SEL), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (MLE), chleb bezglutenowy 120g 120 g , |
| | | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (MLE), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1982.23 kcal; Białko ogółem: 85.01 g; Tłuszcz: 91.84 g; Kw.łt.nas.ogółem: 24.97 g; Węglowodany ogółem: 213.02 g; suma cukrów prostych: 48.48 g; Błonnik pokarmowy: 9.74 g; Sól: 7.68 g; WW: 20.51 Por; Cholesterol: 187.46 mg;

| środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA | | |
|---|---|--|
| wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , | .ziemniaki 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , cukinia gotowana 150 g , ziemniaczana z konc. pomid. b/glu 400 g (MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR), .klopsy drobiowe b/glut, b/ml 85 g (JAJ), sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , | ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , .pasta z ryby z ryżem 80 g (RYB, SEL, może zawierać: SEL), margaryna 15 g , |
| | | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , margaryna 15 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1941.17 kcal; Białko ogółem: 85.21 g; Tłuszcz: 94.89 g; Kw.łt.nas.ogółem: 1.25 g; Węglowodany ogółem: 197.61 g; suma cukrów prostych: 30.21 g; Błonnik pokarmowy: 9.73 g; Sól: 8.12 g; WW: 18.98 Por; Cholesterol: 79.98 mg;

| środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN | | |
|---|---|--|
| wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (MLE), | .ziemniaki 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , cukinia gotowana 150 g , ziemniaczana z konc. pomid. b/glu b/ml 350 g (SEL, może zawierać: SEL, GOR), .klopsy drobiowe b/glut, b/ml 85 g (JAJ), sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , | .pasta z ryby z ryżem 80 g (RYB, SEL, może zawierać: SEL), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (MLE), chleb bezglutenowy 120g 120 g , |
| II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (MLE), twaróg krajanka 70 g (MLE), | | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (MLE), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2156.03 kcal; Białko ogółem: 100.14 g; Tłuszcz: 106.58 g; Kw.łt.nas.ogółem: 30.43 g; Węglowodany ogółem: 208.18 g; suma cukrów prostych: 30.04 g; Błonnik pokarmowy: 9.34 g; Sól: 7.68 g; WW: 20.09 Por; Cholesterol: 212.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-03-27 | | | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML | | |
|--|--|---|--|--|--|
| chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , | .ziemniaczana z konc. pomid. b/glu b/ml 400 g (<u>SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), .klopsy drobiowe w sosie 85 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb razowy 100 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 b/c 400 ml , | | | |
| II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 5g 5 g , sok pomidorowy 300 ml , | | Posiłek nocny: wędlina 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2038.93 kcal; Białko ogółem: 91.12 g; Tłuszcz: 65.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.58 g; Węglowodany ogółem: 292.33 g; suma cukrów prostych: 35.61 g; Błonnik pokarmowy: 42.18 g; Sól: 9.04 g; WW: 25.27 Por; Cholesterol: 82.78 mg;

| środa 2024-03-27 | | | Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML | | |
|---|--|--|--|--|--|
| wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , | .ziemniaki 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , cukinia gotowana 150 g , .ziemniaczana z konc. pomid. b/glu b/ml 350 g (<u>SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), .klopsy drobiowe b/glut, b/ml 85 g (<u>JAJ</u>), sos do obiadu b/glut, b/ml 100 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 , margaryna 15 g , chleb bezglutenowy 120g 120 g , | | | |
| II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , sok pomidorowy 300 ml , | | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2005.05 kcal; Białko ogółem: 89.43 g; Tłuszcz: 92.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.4 g; Węglowodany ogółem: 216.91 g; suma cukrów prostych: 37.52 g; Błonnik pokarmowy: 12.64 g; Sól: 9.13 g; WW: 20.61 Por; Cholesterol: 79.98 mg;

| środa 2024-03-27 | | | Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa | | |
|---|---|--|------------------------------------|--|--|
| chleb niskobiałkowy PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , dżem owocowy 50 g , | kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , .ziemniaczana b/koncentratu 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .klopsy drobiowe w sosie 85 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos do obiadu 100 g , cukinia gotowana 150 g , | chleb niskobiałkowy PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , .pasta z ryby z ryżem 80 g (<u>RYB, SEL, może zawierać: SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g , | | | |
| | | Posiłek nocny: jabłko 150 g , | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1978.4 kcal; Białko ogółem: 57.16 g; Tłuszcz: 72.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.44 g; Węglowodany ogółem: 274.75 g; suma cukrów prostych: 48.09 g; Błonnik pokarmowy: 21.48 g; Sól: 8.35 g; WW: 25.53 Por; Cholesterol: 179.18 mg;

| środa 2024-03-27 | | | Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2 | | |
|---|--|--|---|--|--|
| chleb pszenny krojony 75 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. b/ml - dieta 100 g (<u>JAJ</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | marchewkowa z ziemniakami - dieta b/ml 300 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Mięso drobiowe gotowane 100 g , sos pietruszkowy b/ml 100 ml (<u>GLU</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | chleb pszenny krojony 75 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), wędlina drobiowa 2 60 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | | | |
| II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem 400 g (<u>MLE</u>), jogurt naturalny b/l 1 szt (<u>MLE</u>), bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g , | | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 25 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 50 g (<u>SEL</u>), kakao 30 g (<u>GLU</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2098.63 kcal; Białko ogółem: 90.72 g; Tłuszcz: 69.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.44 g; Węglowodany ogółem: 200.34 g; suma cukrów prostych: 31.75 g; Błonnik pokarmowy: 21.68 g; Sól: 4.37 g; WW: 18.05 Por; Cholesterol: 737.43 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-03-27 | | | Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3 | | |
|---|--|--|---|---|--|
| płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), Mus z jabłek b/c 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml, | | krupnik z ziemniakami - dieta 300 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Makaron drobny gotowany 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos boloński z mięsa drob. -dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), cukinia gotowana 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml, | | chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 17 g (<u>MLE</u>), wędlina drobiowa 2 60 g, salata zielona masłowa 20 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, | |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 17 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), marchewka gotowana 100 g, | | | | Posiłek nocny: kakao 30 g (<u>GLU</u>), jogurt naturalny b/l 1 szt (<u>MLE</u>), | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2156.44 kcal; Białko ogółem: 103.67 g; Tłuszcz: 83.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.48 g; Węglowodany ogółem: 252.44 g; suma cukrów prostych: 58.23 g; Błonnik pokarmowy: 30.62 g; Sól: 7.52 g; WW: 22.41 Por; Cholesterol: 752.64 mg;

| środa 2024-03-27 | | | 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;

| środa 2024-03-27 | | | Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS | | |
|--|--|--|---|---|--|
| chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), majonez ots 30 g (<u>JAJ</u>), jaja ots 2 szt (<u>JAJ</u>), marchewka gotowana z olejem ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, kasza kukurydziana na mleku ots 400 g (<u>MLE</u>), | | kalafiorowa z ziemniakami ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Sos boloński ots 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty gotowany ots 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), fasolka szparagowa z bułką tartą ots 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml, | | chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g ots 1 szt (<u>MLE</u>), wędlina pakow. hermet. 100g ots 1 szt, sok wielowarzywny 300 ml ots 1 szt (<u>SEL</u>), galaretko o smaku truskawkowym ots 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>OZI</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, jaja ots 2 szt (<u>JAJ</u>), | |
| | | | | Posiłek nocny: ciasto drożdżowe ots 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: OZI</u> , <u>ORZ</u>), | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3371.99 kcal; Białko ogółem: 152.69 g; Tłuszcz: 147.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.64 g; Węglowodany ogółem: 367.52 g; suma cukrów prostych: 60.58 g; Błonnik pokarmowy: 32.47 g; Sól: 9.12 g; WW: 33.79 Por; Cholesterol: 1516.05 mg;

| środa 2024-03-27 | | | Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow. | | |
|---|--|--|--|--|--|
| kasza kukurydziana 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>), marchewka gotowana z olejem 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, majonez saszetka 30 g (<u>JAJ</u>), | | kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty gotowany 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Sos boloński 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), fasolka szparagowa z bułką tartą 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml, | | chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, sok wielowarzywny 300 ml 1 szt (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, jaja 2 szt (<u>JAJ</u>), | |
| | | | | Posiłek nocny: serek homogenizowany naturalny 1 szt (<u>MLE</u>), | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3181.59 kcal; Białko ogółem: 161.73 g; Tłuszcz: 153.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 58.59 g; Węglowodany ogółem: 308.12 g; suma cukrów prostych: 55.68 g; Błonnik pokarmowy: 31 g; Sól: 9.25 g; WW: 28.07 Por; Cholesterol: 1540.05 mg;

| środa 2024-03-27 | | | 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;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-03-27 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;

| środa 2024-03-27 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;

| środa 2024-03-27 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;

| środa 2024-03-27 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;

| środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1 | | |
|---|---|---|
| kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem 400 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , | grysikowa z ziemniakami - dieta 300 ml (<u>GLU</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.: 2033.05 kcal; Białko ogółem: 75.93 g; Tłuszcz: 51.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.28 g; Węglowodany ogółem: 235.1 g; suma cukrów prostych: 44.28 g; Błonnik pokarmowy: 34.59 g; Sól: 2.9 g; WW: 20.18 Por; Cholesterol: 209.39 mg;

| środa 2024-03-27 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;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-03-27 | | Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa |
|---|--|--|
| masło 82% tł. 15 g (<u>MLE</u>), twarożek 100 g (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna z/c 250 ml, chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU</u>), | krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g (<u>GLU</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atapowa 240 g, brokuł gotowany 150 g, Sos jarzynowy bez selera 100 ml (<u>GLU</u>), woda n/gaz 0,5L 1 szt, | chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 15 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 250 ml, |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: banany 200 g, |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1908.94 kcal; Białko ogółem: 62.08 g; Tłuszcz: 75.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.57 g; Węglowodany ogółem: 257.97 g; suma cukrów prostych: 116.18 g; Błonnik pokarmowy: 51.69 g; Sól: 4.18 g; WW: 20.92 Por; Cholesterol: 674.03 mg;

| środa 2024-03-27 | | Jadłospis dla diety: Niemowlęca papkowata (0-1 lat) |
|--|---|---|
| masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 200 ml, chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), pasta z wędliny drob. i warzyw 50 g (<u>SEL</u>), | .ziemniaczana b/koncentratu 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .ziemniaki 100 g, sos do obiadu 100 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml, .klopsy drobiowe w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), cukinia gotowana 150 g, | Herbata czarna z/c 200 ml, masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), .pasta z ryby z ryżem 40 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), |
| II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), jabłko gotowane 150 g, |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1398.63 kcal; Białko ogółem: 77.55 g; Tłuszcz: 59.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.88 g; Węglowodany ogółem: 152 g; suma cukrów prostych: 35.73 g; Błonnik pokarmowy: 21.61 g; Sól: 8.19 g; WW: 13.27 Por; Cholesterol: 185.08 mg;

| środa 2024-03-27 | | Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny |
|------------------|--|--|
| | .kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), sos do obiadu 100 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml, .klopsy drobiowe w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 200 g, .grochowa zasmażana 400 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1074.57 kcal; Białko ogółem: 55.83 g; Tłuszcz: 25.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.92 g; Węglowodany ogółem: 168.83 g; suma cukrów prostych: 16.27 g; Błonnik pokarmowy: 27.33 g; Sól: 4.26 g; WW: 14.24 Por; Cholesterol: 86.51 mg;

| środa 2024-03-27 | | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji |
|--|---|--|
| chleb pszenny krojony 75 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 17 g (<u>MLE</u>), kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, | chleb pszenny krojony 75 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 17 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, |

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

| środa 2024-03-27 | | Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej |
|--|---|---|
| wędlina 100 g, pomidor 100 g, chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), | .ziemniaczana b/koncentratu 400 ml (<u>GLU</u> , <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, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml, .klopsy drobiowe w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 150 g, .klopsy drobiowe w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), | chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), pasta z ryby wędzonej i twarogu 80 g (<u>RYB</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), ogórek świeży 100 g, masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml, |
| II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2521.26 kcal; Białko ogółem: 142.29 g; Tłuszcz: 91.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.18 g; Węglowodany ogółem: 299.96 g; suma cukrów prostych: 26.65 g; Błonnik pokarmowy: 39.27 g; Sól: 9.23 g; WW: 26.36 Por; Cholesterol: 325.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA | | |
|---|---|--|
| chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | .ziemniaczana b/koncentratu 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .surówka z kapusty białej jabłka i marchwi 150 g , Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), | chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</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 , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), |
| | | Posiłek nocny: jabłko 150 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2066.56 kcal; Białko ogółem: 55.87 g; Tłuszcz: 64.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.5 g; Węglowodany ogółem: 331.73 g; suma cukrów prostych: 76.14 g; Błonnik pokarmowy: 51.83 g; Sól: 8.88 g; WW: 28.27 Por; Cholesterol: 114.05 mg;

| środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna | | |
|--|---|--|
| chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), dżem owocowy 50 g , | .ziemniaczana b/koncentratu 400 ml (<u>GLU</u> , <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 , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsy drobiowe w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), cukinia gotowana 150 g , | Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), .pasta z ryby z ryżem 80 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), |
| II Śniadanie: twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), | Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g , | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2512.78 kcal; Białko ogółem: 104.22 g; Tłuszcz: 82.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.76 g; Węglowodany ogółem: 346.36 g; suma cukrów prostych: 61.7 g; Błonnik pokarmowy: 32.46 g; Sól: 11.87 g; WW: 31.66 Por; Cholesterol: 187.46 mg;

| środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa | | |
|--|---|---|
| wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), | .ziemniaczana b/koncentratu 400 ml (<u>GLU</u> , <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 , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsy drobiowe w sosie 85 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), cukinia gotowana 150 g , | chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), .pasta z ryby wędzonej i twarogu 80 g (<u>RYB</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), | Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2140.63 kcal; Białko ogółem: 98.54 g; Tłuszcz: 83.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.02 g; Węglowodany ogółem: 253.07 g; suma cukrów prostych: 16.88 g; Błonnik pokarmowy: 31.93 g; Sól: 12.74 g; WW: 22.28 Por; Cholesterol: 220.13 mg;

| środa 2024-03-27 Jadłospis dla diety: wegetariańska bezglutenowa E | | |
|--|---|--|
| pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , pomidor 100 g , | .ziemniaki 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , surówka z białej kapusty 100 g , .ziemniaczana z konc. pomid. b/glu b/ml 350 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , | .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 , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), chleb bezglutenowy 120g 120 g , |
| | | Posiłek nocny: jabłko 150 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2087.77 kcal; Białko ogółem: 54.4 g; Tłuszcz: 85.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.9 g; Węglowodany ogółem: 286.23 g; suma cukrów prostych: 69.46 g; Błonnik pokarmowy: 29.01 g; Sól: 3.96 g; WW: 25.93 Por; Cholesterol: 82.68 mg;