

## Jadłospisy dla oddziałów

USK 1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2024-03-29</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsiki z ryb w sosie pomidorowym 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2414.58 kcal; Białko ogółem: 101.69 g; Tłuszcz: 80.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.72 g; Węglowodany ogółem: 340.33 g; suma cukrów prostych: 48.13 g; Błonnik pokarmowy: 39.2 g; Sól: 7.51 g; WW: 30.42 Por; Cholesterol: 221.63 mg;

<b>piątek 2024-03-29</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsiki z ryb w sosie pomidorowym 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2421.78 kcal; Białko ogółem: 101.87 g; Tłuszcz: 80.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.72 g; Węglowodany ogółem: 342.43 g; suma cukrów prostych: 49.15 g; Błonnik pokarmowy: 40.3 g; Sól: 7.51 g; WW: 30.52 Por; Cholesterol: 221.63 mg;

<b>piątek 2024-03-29</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsiki z ryb w sosie pomidorowym 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2498.58 kcal; Białko ogółem: 120.72 g; Tłuszcz: 92.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.53 g; Węglowodany ogółem: 324.21 g; suma cukrów prostych: 49.81 g; Błonnik pokarmowy: 39.2 g; Sól: 7.68 g; WW: 28.82 Por; Cholesterol: 277.13 mg;

<b>piątek 2024-03-29</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsiki z ryb w sosie pomidorowym 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2498.58 kcal; Białko ogółem: 120.72 g; Tłuszcz: 92.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.53 g; Węglowodany ogółem: 324.21 g; suma cukrów prostych: 49.81 g; Błonnik pokarmowy: 39.2 g; Sól: 7.68 g; WW: 28.82 Por; Cholesterol: 277.13 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-29			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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , .marchew gotowana 150 g ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsiki z ryb w sosie pomidorowym 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ),	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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , .jabłko gotowane 150 g ,			
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2633.33 kcal; Białko ogółem: 105.38 g; Tłuszcz: 85.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.77 g; Węglowodany ogółem: 360.73 g; suma cukrów prostych: 70.8 g; Błonnik pokarmowy: 51.32 g; Sól: 10.7 g; WW: 31.31 Por; Cholesterol: 227.63 mg;

piątek 2024-03-29			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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsiki z ryb w sosie pomidorowym 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ),	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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jabłko 150 g ,		Posiłek nocny: mus z brzoskwiń 100 g , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2350.54 kcal; Białko ogółem: 117.93 g; Tłuszcz: 84.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.13 g; Węglowodany ogółem: 306.46 g; suma cukrów prostych: 77.36 g; Błonnik pokarmowy: 46.56 g; Sól: 7.08 g; WW: 26.26 Por; Cholesterol: 251.83 mg;

piątek 2024-03-29			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , sałata zielona 20 g ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .klopsiki z ryb w sosie pomidorowym 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 150 g ( <u>GLU</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2124.6 kcal; Białko ogółem: 85.63 g; Tłuszcz: 64.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.66 g; Węglowodany ogółem: 310.62 g; suma cukrów prostych: 47.17 g; Błonnik pokarmowy: 21.75 g; Sól: 5.87 g; WW: 29.26 Por; Cholesterol: 181.22 mg;

piątek 2024-03-29			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> ), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .klopsiki z ryb w sosie pomidorowym 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 150 g ( <u>GLU</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2174.1 kcal; Białko ogółem: 89.31 g; Tłuszcz: 66.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.54 g; Węglowodany ogółem: 298.9 g; suma cukrów prostych: 51.85 g; Błonnik pokarmowy: 22.05 g; Sól: 5.98 g; WW: 28.06 Por; Cholesterol: 187.22 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-29 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> ), ziemniaki 200 g , .klopsiki z ryb w sosie pomidorowym 80 g ( <u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>RYB.</u> , <u>MLE.</u> , <u>może zawierać: SEL.</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>może zawierać: SEL.</u> ), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE.</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE.</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), sałata zielona 20 g ,	Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml ,	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), papryka świeża 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2157.5 kcal; Białko ogółem: 108.22 g; Tłuszcz: 78.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.91 g; Węglowodany ogółem: 287.11 g; suma cukrów prostych: 54.3 g; Błonnik pokarmowy: 44.49 g; Sól: 8.11 g; WW: 24.5 Por; Cholesterol: 235.84 mg;

piątek 2024-03-29 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU.</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> ), ziemniaki 200 g , .klopsiki z ryb w sosie pomidorowym 80 g ( <u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>RYB.</u> , <u>MLE.</u> , <u>może zawierać: SEL.</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>może zawierać: SEL.</u> ), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE.</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE.</u> ), sałata zielona 20 g ,		Posiłek nocny: papryka świeża 100 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE.</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1892.17 kcal; Białko ogółem: 109.54 g; Tłuszcz: 55.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.48 g; Węglowodany ogółem: 266.52 g; suma cukrów prostych: 51.47 g; Błonnik pokarmowy: 38.31 g; Sól: 6.42 g; WW: 23.02 Por; Cholesterol: 175.15 mg;

piątek 2024-03-29 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> ), ziemniaki 200 g , .klopsiki z ryb w sosie pomidorowym 80 g ( <u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>RYB.</u> , <u>MLE.</u> , <u>może zawierać: SEL.</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>może zawierać: SEL.</u> ), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE.</u> ), pomidor 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> ), wędlina 50 g , gruszka 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), papryka świeża 100 g , jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ.</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2232.75 kcal; Białko ogółem: 108.12 g; Tłuszcz: 73.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.32 g; Węglowodany ogółem: 305.99 g; suma cukrów prostych: 73.12 g; Błonnik pokarmowy: 43.19 g; Sól: 6.76 g; WW: 26.45 Por; Cholesterol: 458.12 mg;

piątek 2024-03-29 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> ), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> ), ziemniaki 200 g , .klopsiki z ryb w sosie pomidorowym 80 g ( <u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>RYB.</u> , <u>MLE.</u> , <u>może zawierać: SEL.</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>może zawierać: SEL.</u> ), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE.</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 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> ), sok pomidorowy 300 ml , papryka świeża 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1858.86 kcal; Białko ogółem: 103.2 g; Tłuszcz: 61.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.3 g; Węglowodany ogółem: 252.65 g; suma cukrów prostych: 51.89 g; Błonnik pokarmowy: 38.93 g; Sól: 7.26 g; WW: 21.59 Por; Cholesterol: 188.06 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-29 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g , .klopsiki z ryb w sosie pomidorowym 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g ,	Podwieczorek: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 0 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml , papryka świeża 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2253.5 kcal; Białko ogółem: 126.22 g; Tłuszcz: 78.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.91 g; Węglowodany ogółem: 293.26 g; suma cukrów prostych: 54.3 g; Błonnik pokarmowy: 44.49 g; Sól: 8.11 g; WW: 25.1 Por; Cholesterol: 235.84 mg;

piątek 2024-03-29 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. 5g ( <u>MLE</u> ), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), .marchew gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g , .klopsiki z ryb w sosie pomidorowym 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 150 g ( <u>GLU</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), jabłko gotowane 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1891.64 kcal; Białko ogółem: 106.37 g; Tłuszcz: 50.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.94 g; Węglowodany ogółem: 273.65 g; suma cukrów prostych: 56.98 g; Błonnik pokarmowy: 36.76 g; Sól: 10.26 g; WW: 24.05 Por; Cholesterol: 146.04 mg;

piątek 2024-03-29 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
.marchew gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), chleb PKU 120g 120 g , Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , Risotto wegetariańskie 400 g ( <u>SEL</u> ),	jabłko gotowane 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ),
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2152.66 kcal; Białko ogółem: 42.31 g; Tłuszcz: 79.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.8 g; Węglowodany ogółem: 315.05 g; suma cukrów prostych: 43.2 g; Błonnik pokarmowy: 25.71 g; Sól: 5.81 g; WW: 28.98 Por; Cholesterol: 141.62 mg;

piątek 2024-03-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), .marchew gotowana 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g , .klopsiki z ryb w sosie pomidorowym 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 150 g ( <u>GLU</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), jabłko gotowane 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), miód 2 szt. 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2146.78 kcal; Białko ogółem: 91.31 g; Tłuszcz: 43.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.69 g; Węglowodany ogółem: 340.19 g; suma cukrów prostych: 70.97 g; Błonnik pokarmowy: 34.57 g; Sól: 9.12 g; WW: 31.01 Por; Cholesterol: 108.94 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-29			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), marchew gotowana 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g , .klopsiki z ryb bez sosu 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), szpinak gotowany - dieta 150 g ( <u>GLU</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), jabłko gotowane 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), miód 25 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2158.08 kcal; Białko ogółem: 86.71 g; Tłuszcz: 65.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 298.4 g; suma cukrów prostych: 65.79 g; Błonnik pokarmowy: 32.99 g; Sól: 9.02 g; WW: 26.97 Por; Cholesterol: 185.47 mg;

piątek 2024-03-29			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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 30g 30 g ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsiki z ryb w sosie pomidorowym 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ),	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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 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> ), miód 2 szt. 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2611.08 kcal; Białko ogółem: 127.34 g; Tłuszcz: 93.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.53 g; Węglowodany ogółem: 345.13 g; suma cukrów prostych: 51.13 g; Błonnik pokarmowy: 39.2 g; Sól: 7.69 g; WW: 30.95 Por; Cholesterol: 277.13 mg;

piątek 2024-03-29			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;

piątek 2024-03-29			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;

piątek 2024-03-29			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), marchew gotowana 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g , .klopsiki z ryb w sosie pomidorowym 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 150 g ( <u>GLU</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), jabłko gotowane 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), miód 25 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2300.76 kcal; Białko ogółem: 90.55 g; Tłuszcz: 65.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.55 g; Węglowodany ogółem: 330.09 g; suma cukrów prostych: 69.53 g; Błonnik pokarmowy: 34.24 g; Sól: 8.46 g; WW: 30 Por; Cholesterol: 132.37 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-29 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), marchew gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki 200 g , .klopsiki z ryb w sosie pomidorowym 80 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, MLE, może zawierać: SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 150 g ( <u>GLU</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), .jabłko gotowane 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2261.42 kcal; Białko ogółem: 97.57 g; Tłuszcz: 80.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.02 g; Węglowodany ogółem: 286.75 g; suma cukrów prostych: 52.55 g; Błonnik pokarmowy: 33.58 g; Sól: 8.41 g; WW: 25.62 Por; Cholesterol: 172.82 mg;

piątek 2024-03-29 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki 200 g , .klopsiki z ryb w sosie pomidorowym 80 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, MLE, może zawierać: SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u> ), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 0 g ( <u>GLU</u> ), sok pomidorowy 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1751.26 kcal; Białko ogółem: 99.92 g; Tłuszcz: 59.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.59 g; Węglowodany ogółem: 230.94 g; suma cukrów prostych: 47.5 g; Błonnik pokarmowy: 34.82 g; Sól: 6.82 g; WW: 19.82 Por; Cholesterol: 185.24 mg;

piątek 2024-03-29 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 150 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki 200 g , .klopsiki z ryb w sosie pomidorowym 80 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, MLE, może zawierać: SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u> ), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 150 g , Herbata czarna b/c 400 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> ), papryka świeża 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2022.86 kcal; Białko ogółem: 102.72 g; Tłuszcz: 79.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.46 g; Węglowodany ogółem: 252.52 g; suma cukrów prostych: 46.44 g; Błonnik pokarmowy: 37.65 g; Sól: 6.03 g; WW: 21.75 Por; Cholesterol: 243.62 mg;

piątek 2024-03-29 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), .marchew gotowana 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , wędlina 50 g ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .klopsy drobiowe b/glut, b/ml 85 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , szpinak gotowany - dieta 150 g ( <u>GLU</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), .jabłko gotowane 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ),
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), miód 2 szt. 50 g , margaryna 15 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2142.77 kcal; Białko ogółem: 87.53 g; Tłuszcz: 78.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.53 g; Węglowodany ogółem: 281.07 g; suma cukrów prostych: 46.82 g; Błonnik pokarmowy: 28.67 g; Sól: 7.31 g; WW: 25.7 Por; Cholesterol: 647.94 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-29 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żyłt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), margaryna 15 g ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsiki z ryb b/glut, b/ml 80 g ( <u>JAJ, RYB</u> ),	wędlina 50 g , chleb mieszany psz.-żyłt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), miód 2 szt. 50 g , margaryna 15 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2144.08 kcal; Białko ogółem: 86.71 g; Tłuszcz: 73.03 g; Kw.łt.nas.ogółem: 6.93 g; Węglowodany ogółem: 304.97 g; suma cukrów prostych: 38.31 g; Błonnik pokarmowy: 37.32 g; Sól: 4.84 g; WW: 27.14 Por; Cholesterol: 597.24 mg;

piątek 2024-03-29 Jadłospis dla diety: Atopowa		
wafle ryżowe 50 g , margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	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> ), woda n/gaz 0,5L 1 szt , surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , kasza jaglana na wodzie 200 ml , sos do obiadu 100 g ,	wafle ryżowe 50 g , margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 Por , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: gruszka 300 g ,		Posiłek nocny: kasza jaglana na wodzie 200 ml , Mus z jabłek b/c 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2344.56 kcal; Białko ogółem: 71.82 g; Tłuszcz: 95.13 g; Kw.łt.nas.ogółem: 4.51 g; Węglowodany ogółem: 311.41 g; suma cukrów prostych: 63.31 g; Błonnik pokarmowy: 42.1 g; Sól: 1.65 g; WW: 27.04 Por; Cholesterol: 148.47 mg;

piątek 2024-03-29 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsiki z ryb b/glut, b/ml 80 g ( <u>JAJ, RYB</u> ),	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , miód 2 szt. 50 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1990.71 kcal; Białko ogółem: 92.14 g; Tłuszcz: 82.74 g; Kw.łt.nas.ogółem: 25.67 g; Węglowodany ogółem: 228.02 g; suma cukrów prostych: 37.5 g; Błonnik pokarmowy: 9.92 g; Sól: 3.34 g; WW: 21.99 Por; Cholesterol: 162.88 mg;

piątek 2024-03-29 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , margaryna 20 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ),	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsiki z ryb b/glut, b/ml 80 g ( <u>JAJ, RYB</u> ),	chleb bezglutenowy 120g 120 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , margaryna 20 g , wędlina 100g 100 g ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 15 g , ogórek świeży 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1945.5 kcal; Białko ogółem: 95.08 g; Tłuszcz: 104.23 g; Kw.łt.nas.ogółem: 5.7 g; Węglowodany ogółem: 167.82 g; suma cukrów prostych: 12.87 g; Błonnik pokarmowy: 10.18 g; Sól: .84 g; WW: 15.96 Por; Cholesterol: 595.74 mg;

piątek 2024-03-29 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ),	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsiki z ryb b/glut, b/ml 80 g ( <u>JAJ, RYB</u> ),	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , ogórek świeży 100 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2099.48 kcal; Białko ogółem: 111.79 g; Tłuszcz: 110.36 g; Kw.łt.nas.ogółem: 38.68 g; Węglowodany ogółem: 173.34 g; suma cukrów prostych: 19.75 g; Błonnik pokarmowy: 10.18 g; Sól: 3.86 g; WW: 16.52 Por; Cholesterol: 756.32 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-29 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
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 , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), margaryna 15 g ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsiki z ryb b/glut, b/ml 80 g ( <u>JAJ, RYB</u> ),	wędlina 50 g , chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , ogórek świeży 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1986.34 kcal; Białko ogółem: 87.02 g; Tłuszcz: 73.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.95 g; Węglowodany ogółem: 265.22 g; suma cukrów prostych: 36.44 g; Błonnik pokarmowy: 37.58 g; Sól: 4.83 g; WW: 23.08 Por; Cholesterol: 597.24 mg;

piątek 2024-03-29 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , margaryna 20 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ),	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), .ziemniaki 250 g , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsiki z ryb b/glut, b/ml 80 g ( <u>JAJ, RYB</u> ),	chleb bezglutenowy 120g 120 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , margaryna 20 g , wędlina 100g 100 g ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 15 g , ogórek świeży 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1972.6 kcal; Białko ogółem: 95.74 g; Tłuszcz: 104.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.7 g; Węglowodany ogółem: 174.1 g; suma cukrów prostych: 13.18 g; Błonnik pokarmowy: 10.7 g; Sól: .84 g; WW: 16.54 Por; Cholesterol: 595.74 mg;

piątek 2024-03-29 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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u> ), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsiki z ryb w sosie pomidorowym 80 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, MLE, może zawierać: SEL</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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2414.58 kcal; Białko ogółem: 101.69 g; Tłuszcz: 80.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.72 g; Węglowodany ogółem: 340.33 g; suma cukrów prostych: 48.13 g; Błonnik pokarmowy: 39.2 g; Sól: 7.51 g; WW: 30.42 Por; Cholesterol: 221.63 mg;

piątek 2024-03-29 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 100 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, JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> ), marchewka gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 100 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 , bobwita 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.: 2084.7 kcal; Białko ogółem: 71.55 g; Tłuszcz: 51.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.13 g; Węglowodany ogółem: 256.56 g; suma cukrów prostych: 39.5 g; Błonnik pokarmowy: 32.53 g; Sól: 4.16 g; WW: 22.57 Por; Cholesterol: 208.2 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-29			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 g ( <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 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 250 ml,	
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 100 g, sałata zielona 8g 8g,				Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c 200 ml, kakao 30 g ( <u>GLU</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2033.89 kcal; Białko ogółem: 93.75 g; Tłuszcz: 64.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.41 g; Węglowodany ogółem: 274.58 g; suma cukrów prostych: 51.1 g; Błonnik pokarmowy: 32.61 g; Sól: 4.8 g; WW: 24.51 Por; Cholesterol: 743.55 mg;

piątek 2024-03-29			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;

piątek 2024-03-29			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), omlet na słonko ots 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, jaja ots 2 szt ( <u>JAJ</u> ), zacierka na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),		grysikowa z ziemniakami - dieta ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryba pieczona ots 120 g ( <u>RYB</u> ), pieczone ziemniaki ots 200 g, warzywa po grecku ots 150 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</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> ), ser żółty plastry - 100g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), Mus z jabłek z/c ots 150 g, miód 25g ots 2 szt, Herbata czarna b/c 250 ml,	
				Posiłek nocny: rogal maślany ots 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25g ots 1 szt,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3372.48 kcal; Białko ogółem: 130.47 g; Tłuszcz: 156.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 60.74 g; Węglowodany ogółem: 367.32 g; suma cukrów prostych: 91.96 g; Błonnik pokarmowy: 36.41 g; Sól: 8.02 g; WW: 33.38 Por; Cholesterol: 1431.96 mg;

piątek 2024-03-29			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
zacierka na mleku 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), omlet na słonko 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), pomidor b/skóry 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, jaja 2 szt ( <u>JAJ</u> ),		grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryba pieczona ots 120 g ( <u>RYB</u> ), pieczone ziemniaki 200 g, warzywa po grecku 150 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</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> ), ser żółty plastry - 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	
				Posiłek nocny: chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), brokuł gotowany 150 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3059.1 kcal; Białko ogółem: 128.39 g; Tłuszcz: 166.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 60.06 g; Węglowodany ogółem: 269.79 g; suma cukrów prostych: 67.51 g; Błonnik pokarmowy: 39.78 g; Sól: 7.36 g; WW: 23.19 Por; Cholesterol: 1423.96 mg;

piątek 2024-03-29			Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu		
chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g,		chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g,		chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g,	

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

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-29			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;

piątek 2024-03-29			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;

piątek 2024-03-29			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> , <u>SEL</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;

piątek 2024-03-29			Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	Kisiel z jagód b/c 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym 300 ml ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 971.2 kcal; Białko ogółem: 60.68 g; Tłuszcz: 35.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 114.69 g; suma cukrów prostych: 50.66 g; Błonnik pokarmowy: 5.68 g; Sól: 2.18 g; WW: 10.88 Por; Cholesterol: 155.71 mg;

piątek 2024-03-29			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem 400 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,	grysikowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), kakao 30 g ( <u>GLU</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,			

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

piątek 2024-03-29			Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
wafle ryżowe 50 g , margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 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 50 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,			
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1867.6 kcal; Białko ogółem: 60.14 g; Tłuszcz: 71.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.44 g; Węglowodany ogółem: 253.04 g; suma cukrów prostych: 19.29 g; Błonnik pokarmowy: 15.29 g; Sól: 1.44 g; WW: 24.04 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-29 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 250 ml, chleb mieszany psz-żył. 100 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 psz-żył. 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), filet z indyka gotowany 100 g, brokuł gotowany 100 g, Herbata czarna z/c 250 ml,
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.: 2022.27 kcal; Białko ogółem: 79.38 g; Tłuszcz: 67.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.25 g; Węglowodany ogółem: 291.49 g; suma cukrów prostych: 81.79 g; Błonnik pokarmowy: 51.19 g; Sól: 4.55 g; WW: 24.28 Por; Cholesterol: 710.25 mg;

piątek 2024-03-29 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , może zawierać: <u>SEL</u> ), brokuł gotowany 150 g, kompot z porzeczek czarnych 250 ml, klopsiki z ryb w sosie pomidorowym 160 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> , może zawierać: <u>SEL</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 798.27 kcal; Białko ogółem: 57.2 g; Tłuszcz: 21.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.99 g; Węglowodany ogółem: 98.4 g; suma cukrów prostych: 12.79 g; Błonnik pokarmowy: 11.08 g; Sól: .58 g; WW: 8.75 Por; Cholesterol: 74.92 mg;

piątek 2024-03-29 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> ), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	dyniowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g, klopsiki z ryb w sosie pomidorowym 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> , może zawierać: <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , może zawierać: <u>SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 150 g ( <u>GLU</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2178.84 kcal; Białko ogółem: 89.45 g; Tłuszcz: 66.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.55 g; Węglowodany ogółem: 299.94 g; suma cukrów prostych: 52.47 g; Błonnik pokarmowy: 22.09 g; Sól: 5.99 g; WW: 28.18 Por; Cholesterol: 187.22 mg;

piątek 2024-03-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej		
chleb mieszany psz-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , może zawierać: <u>SEL</u> ), brokuł gotowany 150 g, kompot z porzeczek czarnych 250 ml, klopsiki z ryb w sosie pomidorowym 160 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> , może zawierać: <u>SEL</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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 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> ), miód 25 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2826.59 kcal; Białko ogółem: 154.93 g; Tłuszcz: 108.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.68 g; Węglowodany ogółem: 336.38 g; suma cukrów prostych: 51.01 g; Błonnik pokarmowy: 39.85 g; Sól: 8.95 g; WW: 29.97 Por; Cholesterol: 340.41 mg;

piątek 2024-03-29 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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , może zawierać: <u>SEL</u> ), brokuł gotowany 150 g, kompot z porzeczek czarnych 250 ml, klopsiki z ryb w sosie pomidorowym 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> , może zawierać: <u>SEL</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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2414.58 kcal; Białko ogółem: 101.69 g; Tłuszcz: 80.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.72 g; Węglowodany ogółem: 340.33 g; suma cukrów prostych: 48.13 g; Błonnik pokarmowy: 39.2 g; Sól: 7.51 g; WW: 30.42 Por; Cholesterol: 221.63 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-29			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żyt. 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 , hummus 65 g ( <u>SEZ</u> ),	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , Kotlety sojowe b/ml 100 g ( <u>GLU, SOJ, MLE</u> ),	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , dżem owocowy 50 g ,			
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), ogórek świeży 100 g , margaryna 15 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1949.72 kcal; Białko ogółem: 63.79 g; Tłuszcz: 65.7 g; Kw.łt.nas.ogółem: 3.19 g; Węglowodany ogółem: 290.59 g; suma cukrów prostych: 52.9 g; Błonnik pokarmowy: 37.56 g; Sól: 4.34 g; WW: 25.54 Por; Cholesterol: 13.91 mg;

piątek 2024-03-29			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , .marchew gotowana 150 g , chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 150 g ( <u>GLU</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsiki z ryb w sosie pomidorowym 80 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, MLE, może zawierać: SEL</u> ),	masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , jabłko gotowane 150 g , chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),			
<b>II Śniadanie:</b> jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2600.71 kcal; Białko ogółem: 111.1 g; Tłuszcz: 85.91 g; Kw.łt.nas.ogółem: 37.44 g; Węglowodany ogółem: 337.07 g; suma cukrów prostych: 62.69 g; Błonnik pokarmowy: 31.39 g; Sól: 9.63 g; WW: 31.1 Por; Cholesterol: 746.18 mg;

piątek 2024-03-29			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , .marchew gotowana 150 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u> ), .brokuł gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .klopsiki z ryb w sosie pomidorowym 80 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, MLE, może zawierać: SEL</u> ),	masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , jabłko gotowane 150 g , chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ),			
<b>II Śniadanie:</b> chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 300 ml ,	<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2635.53 kcal; Białko ogółem: 131.41 g; Tłuszcz: 116.03 g; Kw.łt.nas.ogółem: 61.04 g; Węglowodany ogółem: 294.06 g; suma cukrów prostych: 81.14 g; Błonnik pokarmowy: 49.32 g; Sól: 13.06 g; WW: 24.65 Por; Cholesterol: 346.33 mg;