

Jadłospisy dla oddziałów

USK 1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2024-03-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, miód 25 g,	jarzynowa z ziemniakami 400 g (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), makaron z twarogiem i owocami 320 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2309.52 kcal; Białko ogółem: 83.27 g; Tłuszcz: 82.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.13 g; Węglowodany ogółem: 323.29 g; suma cukrów prostych: 65.44 g; Błonnik pokarmowy: 34.86 g; Sól: 10.12 g; WW: 29.09 Por; Cholesterol: 229.58 mg;

sobota 2024-03-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, miód 2 szt. 50 g,	jarzynowa z ziemniakami 400 g (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), makaron z twarogiem i owocami 320 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), kompot z porzeczek czarnych 250 ml, banan 200 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2476.22 kcal; Białko ogółem: 84.26 g; Tłuszcz: 83.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.5 g; Węglowodany ogółem: 363.31 g; suma cukrów prostych: 101.12 g; Błonnik pokarmowy: 41.04 g; Sól: 10.14 g; WW: 32.55 Por; Cholesterol: 229.58 mg;

sobota 2024-03-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, miód 2 szt. 50 g, chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>),	jarzynowa z ziemniakami 400 g (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), makaron z twarogiem i owocami 320 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2170.96 kcal; Białko ogółem: 80.08 g; Tłuszcz: 72.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.33 g; Węglowodany ogółem: 313.14 g; suma cukrów prostych: 69.48 g; Błonnik pokarmowy: 31.72 g; Sól: 9.98 g; WW: 28.37 Por; Cholesterol: 206.28 mg;

sobota 2024-03-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)		
chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, miód 25 g,	jarzynowa z ziemniakami 400 g (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), makaron z twarogiem i owocami 320 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
II Śniadanie: banan 200 g,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2386.52 kcal; Białko ogółem: 84.06 g; Tłuszcz: 83.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.5 g; Węglowodany ogółem: 340.59 g; suma cukrów prostych: 98.78 g; Błonnik pokarmowy: 39.94 g; Sól: 10.13 g; WW: 30.35 Por; Cholesterol: 229.58 mg;

sobota 2024-03-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml, miód 2 szt. 50 g, ser żółty 30 g (<u>MLE</u>),	jarzynowa z ziemniakami 400 g (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), makaron z twarogiem i owocami 320 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml, dynia gotowana 100 g,
II Śniadanie: jabłko gotowane 150 g,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2545.11 kcal; Białko ogółem: 91.11 g; Tłuszcz: 92.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.54 g; Węglowodany ogółem: 350.34 g; suma cukrów prostych: 79.75 g; Błonnik pokarmowy: 44.51 g; Sól: 10.91 g; WW: 30.87 Por; Cholesterol: 250.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-30		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>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , ser żółty 50 g (<u>MLE</u>),	jarzynowa z ziemniakami 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .makaron z twarogiem i owocami 320 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	
II Śniadanie: banan 200 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2312.02 kcal; Białko ogółem: 91.23 g; Tłuszcz: 80.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.28 g; Węglowodany ogółem: 319.41 g; suma cukrów prostych: 97 g; Błonnik pokarmowy: 39.94 g; Sól: 10.19 g; WW: 28.2 Por; Cholesterol: 221.58 mg;

sobota 2024-03-30		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna	
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,	.koperkowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .makaron z twarogiem i owocami 320 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</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 homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2093.44 kcal; Białko ogółem: 89.17 g; Tłuszcz: 70.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.22 g; Węglowodany ogółem: 291.6 g; suma cukrów prostych: 73.06 g; Błonnik pokarmowy: 15.11 g; Sól: 6.67 g; WW: 27.92 Por; Cholesterol: 150.18 mg;

sobota 2024-03-30		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>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,	.koperkowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .makaron z twarogiem i owocami 320 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</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 homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	
II Śniadanie: banan 200 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2170.44 kcal; Białko ogółem: 89.96 g; Tłuszcz: 70.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.59 g; Węglowodany ogółem: 308.9 g; suma cukrów prostych: 106.4 g; Błonnik pokarmowy: 20.19 g; Sól: 6.68 g; WW: 29.18 Por; Cholesterol: 150.18 mg;

sobota 2024-03-30		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>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	jarzynowa z ziemniakami 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .makaron z warzywami 350 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 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. 5 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g ,	Podwieczorek: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2094.15 kcal; Białko ogółem: 88.2 g; Tłuszcz: 77.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.95 g; Węglowodany ogółem: 283.32 g; suma cukrów prostych: 35.21 g; Błonnik pokarmowy: 36.27 g; Sól: 8.95 g; WW: 24.88 Por; Cholesterol: 144.9 mg;

sobota 2024-03-30		Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police	
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	jarzynowa z ziemniakami 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .makaron z warzywami 350 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: ogórek świeży 100 g , skyr naturalny 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1844.41 kcal; Białko ogółem: 93.7 g; Tłuszcz: 66.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.18 g; Węglowodany ogółem: 237.25 g; suma cukrów prostych: 31.82 g; Błonnik pokarmowy: 28.09 g; Sól: 7.67 g; WW: 21.04 Por; Cholesterol: 119.1 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-30			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>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	jarzynowa z ziemniakami 400 g (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), makaron z warzywami 350 g (<u>GLU, JAJ, SEL</u>), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100g, sok owocowy 200ml 200g, gruszka 150g, jogurt naturalny 1szt. 150g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: serek do smarowania 40g (<u>MLE</u>), chleb razowy 50g 50g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20g,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2319.86 kcal; Białko ogółem: 92.13 g; Tłuszcz: 86.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.35 g; Węglowodany ogółem: 317.33 g; suma cukrów prostych: 65.73 g; Błonnik pokarmowy: 38.31 g; Sól: 9.36 g; WW: 27.99 Por; Cholesterol: 202.5 mg;

sobota 2024-03-30			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	jarzynowa z ziemniakami 400 g (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), makaron z warzywami 350 g (<u>GLU, JAJ, SEL</u>), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100g,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1936.19 kcal; Białko ogółem: 79.05 g; Tłuszcz: 75.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.79 g; Węglowodany ogółem: 256.11 g; suma cukrów prostych: 33.32 g; Błonnik pokarmowy: 31.87 g; Sól: 8.31 g; WW: 22.58 Por; Cholesterol: 144.4 mg;

sobota 2024-03-30			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100g 100g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100g, Herbata czarna b/c 400 ml,	jarzynowa z ziemniakami 400 g (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), makaron z warzywami 350 g (<u>GLU, JAJ, SEL</u>), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100g,	Podwieczorek: chleb razowy 50g 50g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), ogórek kiszony 100g, serek do smarowania 40g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150g (<u>MLE</u>), chleb razowy 30g 30g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2397.77 kcal; Białko ogółem: 99.68 g; Tłuszcz: 99.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.69 g; Węglowodany ogółem: 300.94 g; suma cukrów prostych: 36.83 g; Błonnik pokarmowy: 38.77 g; Sól: 11.49 g; WW: 26.37 Por; Cholesterol: 235.88 mg;

sobota 2024-03-30			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu
chleb pszenny krojony 120g 120g (<u>GLU</u>), twaróg krajanka 70g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100g, Herbata czarna b/c 250 ml, masło 82% tł. 10g (<u>MLE</u>),	.koperkowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), makaron z warzywami - dieta 350g (<u>GLU, JAJ, SEL</u>), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb pszenny krojony 120g 120g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 100g, Herbata czarna b/c 250 ml,	
II Śniadanie: skyr naturalny 150g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 50g 50g (<u>GLU</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1921.02 kcal; Białko ogółem: 99.77 g; Tłuszcz: 51.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.01 g; Węglowodany ogółem: 279.24 g; suma cukrów prostych: 20.48 g; Błonnik pokarmowy: 16.99 g; Sól: 10.23 g; WW: 26.38 Por; Cholesterol: 104.7 mg;

sobota 2024-03-30			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa
twaróg krajanka 50g 50g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100g, Herbata czarna b/c 250 ml, masło 82% tł. 16,67g 16,67g (<u>MLE</u>), chleb PKU 120g 120g,	.koperkowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), makaron z warzywami - dieta 350g (<u>GLU, JAJ, SEL</u>), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	masło 82% tł. 16,67g 16,67g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 100g, Herbata czarna b/c 250 ml, wędliina 30g 30g, chleb PKU 120g 120g,	
II Śniadanie: chleb PKU 30g 30g, masło 82% tł. 10g (<u>MLE</u>), Pasta warzywna 100g (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: masło 82% tł. 10g (<u>MLE</u>), marchew gotowana 100g, chleb PKU 30g 30g,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2162.59 kcal; Białko ogółem: 32.72 g; Tłuszcz: 94.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.51 g; Węglowodany ogółem: 290.42 g; suma cukrów prostych: 12.49 g; Błonnik pokarmowy: 11.01 g; Sól: 8.65 g; WW: 27.98 Por; Cholesterol: 132.28 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-30			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), cukinia gotowana 100 g , dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),	.koperkowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .makaron z twarogiem i owocami b/śmietany 320 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,			
II Śniadanie: skyr waniliowy 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2061.94 kcal; Białko ogółem: 103.71 g; Tłuszcz: 53.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.25 g; Węglowodany ogółem: 307.92 g; suma cukrów prostych: 72.34 g; Błonnik pokarmowy: 16.7 g; Sól: 9.67 g; WW: 29.41 Por; Cholesterol: 117.1 mg;

sobota 2024-03-30			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), cukinia gotowana 100 g , dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>),	.koperkowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .makaron z twarogiem i owocami b/śmietany 320 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,			
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2038.72 kcal; Białko ogółem: 89.41 g; Tłuszcz: 64.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.55 g; Węglowodany ogółem: 291.52 g; suma cukrów prostych: 72.42 g; Błonnik pokarmowy: 16.7 g; Sól: 9.67 g; WW: 27.73 Por; Cholesterol: 150.18 mg;

sobota 2024-03-30			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	.jarzynowa z ziemniakami 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .makaron z twarogiem i owocami 320 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , ser żółty 30 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2684.98 kcal; Białko ogółem: 95.59 g; Tłuszcz: 98.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.88 g; Węglowodany ogółem: 370.91 g; suma cukrów prostych: 69.23 g; Błonnik pokarmowy: 39.12 g; Sól: 11.45 g; WW: 33.49 Por; Cholesterol: 276.18 mg;

sobota 2024-03-30			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;

sobota 2024-03-30			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;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-30			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
chleb pszenno-krochmalny 120g 120 g (<u>GLU</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g , dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>),	.koperkowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .makaron z twarogiem i owocami b/śmietany 320 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenno-krochmalny 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , 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: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2382.94 kcal; Białko ogółem: 97.01 g; Tłuszcz: 69.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.99 g; Węglowodany ogółem: 341.54 g; suma cukrów prostych: 78.44 g; Błonnik pokarmowy: 18.2 g; Sól: 9.79 g; WW: 32.63 Por; Cholesterol: 123.1 mg;

sobota 2024-03-30			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
chleb pszenno-krochmalny 120g 120 g (<u>GLU</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>),	.koperkowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .makaron z warzywami -dieta 350 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenno-krochmalny 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>),			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2259.92 kcal; Białko ogółem: 86.96 g; Tłuszcz: 87.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.29 g; Węglowodany ogółem: 287.2 g; suma cukrów prostych: 20.36 g; Błonnik pokarmowy: 16.84 g; Sól: 9.66 g; WW: 27.21 Por; Cholesterol: 117.1 mg;

sobota 2024-03-30			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.jarzynowa z ziemniakami 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .makaron z warzywami 350 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jabłko 150 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1789.39 kcal; Białko ogółem: 75.53 g; Tłuszcz: 66.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.36 g; Węglowodany ogółem: 239.29 g; suma cukrów prostych: 47.12 g; Błonnik pokarmowy: 38.07 g; Sól: 7.69 g; WW: 20.28 Por; Cholesterol: 119.1 mg;

sobota 2024-03-30			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 150 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.jarzynowa z ziemniakami 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .makaron z warzywami 350 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), pomidor 150 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>), ogórek świeży 100 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), jabłko 150 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2007.28 kcal; Białko ogółem: 80.35 g; Tłuszcz: 76.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.06 g; Węglowodany ogółem: 270.54 g; suma cukrów prostych: 52.51 g; Błonnik pokarmowy: 43.61 g; Sól: 8.36 g; WW: 22.9 Por; Cholesterol: 144.4 mg;

sobota 2024-03-30			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenno-krochmalny 120g 120 g (<u>GLU</u>), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , ,jabłko gotowane 150 g ,	.koperkowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .makaron z warzywami -dieta 350 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenno-krochmalny 120g 120 g (<u>GLU</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>),			
		Posiłek nocny: margaryna 15 g , chleb pszenno-krochmalny 50g 50 g (<u>GLU</u>), dżem owocowy 25 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2166.99 kcal; Białko ogółem: 61.4 g; Tłuszcz: 81.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.7 g; Węglowodany ogółem: 301.52 g; suma cukrów prostych: 65.65 g; Błonnik pokarmowy: 26.87 g; Sól: 7.47 g; WW: 27.76 Por; Cholesterol: 555.55 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-30			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , hummus 130 g (<u>SEZ</u>),	.koperkowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .makaron z warzywami 350 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), margaryna 15 g ,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), ogórek świeży 100 g , margaryna 5g 5 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2397.17 kcal; Białko ogółem: 72.35 g; Tłuszcz: 101.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 10.41 g; Węglowodany ogółem: 308.51 g; suma cukrów prostych: 36.44 g; Błonnik pokarmowy: 35.66 g; Sól: 7.82 g; WW: 27.61 Por; Cholesterol: 556.85 mg;

sobota 2024-03-30			Jadłospis dla diety: Atopowa		
wafle ryżowe 50 g , margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g (<u>GLU</u>), Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atopowa 240 g , ziemniaki gotowane 200 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml (<u>GLU</u>), 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.: 1910.88 kcal; Białko ogółem: 61.6 g; Tłuszcz: 69.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.17 g; Węglowodany ogółem: 268.25 g; suma cukrów prostych: 72.58 g; Błonnik pokarmowy: 39.02 g; Sól: 1.93 g; WW: 23.2 Por; Cholesterol: 138.52 mg;

sobota 2024-03-30			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,	.jarzynowa z ziemniakami 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .makaron bezglutenowy z warzywami 350 g (<u>SEL</u>),	masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,			
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2311.16 kcal; Białko ogółem: 65.27 g; Tłuszcz: 107.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.67 g; Węglowodany ogółem: 277.26 g; suma cukrów prostych: 42.36 g; Błonnik pokarmowy: 9.63 g; Sól: 6.8 g; WW: 26.85 Por; Cholesterol: 228.58 mg;

sobota 2024-03-30			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , hummus 65 g (<u>SEZ</u>),	.koperkowa z ziemniakami b/glut, b/ml 350 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .makaron bezglutenowy z warzywami 350 g (<u>SEL</u>),	pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), margaryna 15 g ,			
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , ogórek świeży 100 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2144.19 kcal; Białko ogółem: 59.4 g; Tłuszcz: 109.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.29 g; Węglowodany ogółem: 235.63 g; suma cukrów prostych: 29.25 g; Błonnik pokarmowy: 7.6 g; Sól: 3.66 g; WW: 22.99 Por; Cholesterol: 555.55 mg;

sobota 2024-03-30			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,	.jarzynowa z ziemniakami 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .makaron bezglutenowy z warzywami 350 g (<u>SEL</u>),	masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2136.32 kcal; Białko ogółem: 67.56 g; Tłuszcz: 108.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.82 g; Węglowodany ogółem: 231.45 g; suma cukrów prostych: 31.54 g; Błonnik pokarmowy: 12.93 g; Sól: 8.22 g; WW: 21.85 Por; Cholesterol: 228.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-30			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , margaryna 15 g , hummus 130 g (<u>SEZ</u>),	.koperkowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 g (<u>SEL</u>), <u>może zawierać: GOR</u> , .makaron z warzywami 350 g (<u>GLU, JAJ, SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), margaryna 15 g ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), ogórek świeży 100 g , margaryna 5g 5 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2387.33 kcal; Białko ogółem: 74.69 g; Tłuszcz: 102.4 g; Kw.łt.nas.ogółem: 10.56 g; Węglowodany ogółem: 303.94 g; suma cukrów prostych: 28.27 g; Błonnik pokarmowy: 38.96 g; Sól: 9.25 g; WW: 26.81 Por; Cholesterol: 556.85 mg;

sobota 2024-03-30			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , hummus 65 g (<u>SEZ</u>),	.koperkowa z ziemniakami b/glut, b/ml 350 g (<u>SEL</u>), <u>może zawierać: GOR</u> , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .makaron bezglutenowy z warzywami 350 g (<u>SEL</u>),	pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), margaryna 15 g ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , ogórek świeży 100 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2134.35 kcal; Białko ogółem: 61.74 g; Tłuszcz: 110.53 g; Kw.łt.nas.ogółem: 7.44 g; Węglowodany ogółem: 231.06 g; suma cukrów prostych: 21.08 g; Błonnik pokarmowy: 10.9 g; Sól: 5.1 g; WW: 22.19 Por; Cholesterol: 555.55 mg;

sobota 2024-03-30			Jadłospis dla diety: Dna moczianowa		
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 topiony 50 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	jarzynowa z ziemniakami 400 g (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .makaron z twarogiem i owocami 320 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 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: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2392.02 kcal; Białko ogółem: 83.29 g; Tłuszcz: 82.8 g; Kw.łt.nas.ogółem: 37.13 g; Węglowodany ogółem: 343.91 g; suma cukrów prostych: 66.76 g; Błonnik pokarmowy: 34.86 g; Sól: 10.13 g; WW: 31.19 Por; Cholesterol: 229.58 mg;

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

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2230.53 kcal; Białko ogółem: 93.19 g; Tłuszcz: 70.45 g; Kw.łt.nas.ogółem: 27.6 g; Węglowodany ogółem: 230.11 g; suma cukrów prostych: 32.02 g; Błonnik pokarmowy: 23.16 g; Sól: 4.99 g; WW: 20.9 Por; Cholesterol: 737.43 mg;

sobota 2024-03-30			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU, MLE</u>), Mus z jabłek b/c 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	krupnik z ziemniakami - dieta 300 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), Makaron drobny gotowany 200 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos boloński z mięsa drob. -dieta 200 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: SEL</u>), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ, 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.: 2044.64 kcal; Białko ogółem: 101.23 g; Tłuszcz: 72.14 g; Kw.łt.nas.ogółem: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 251.86 g; suma cukrów prostych: 57.97 g; Błonnik pokarmowy: 30.46 g; Sól: 7.52 g; WW: 22.37 Por; Cholesterol: 719.56 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-30			Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), kleik ryżowy na wodzie 250 ml ,		ziemniaczana 400 g (<u>SEL</u> ,), ziemniaki gotowane 200 g , marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,		kleik ryżowy na wodzie 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,), Herbata czarna b/c 200 ml ,	
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,), Herbata czarna b/c 200 ml ,			Posiłek nocny: marchwianka 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,), Herbata czarna b/c 200 ml ,		

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

sobota 2024-03-30			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
bulka grahamka ots 1 szt (<u>GLU</u> ,), chleb graham 30 g (<u>GLU</u> ,), masło sztukowe 15g ots 1 szt (<u>MLE</u> ,), dynia gotowana ots 100 g , serek wiejski ots 200 g (<u>MLE</u> ,), Herbata czarna b/c 250 ml , płatki owsiane na mleku ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,),		kapuśniak z kisz. kap. ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>SEL</u> ,), Makaron ugotowany ots 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ,), Mus z jabłek prażonych ots 150 g , sos jogurtowo-truskawkowy b/c ots 100 ml (<u>MLE</u> ,), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml ,		chleb graham 90 g (<u>GLU</u> ,), masło sztukowe 15g ots 1 szt (<u>MLE</u> ,), hummus klasyczny ots 1 szt (<u>SEZ</u> ,), sałatka wykwinna ots 200 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,), Herbata czarna b/c 250 ml ,	
			Posiłek nocny: budyń o smaku czekoladowym z/c ots 250 g (<u>MLE</u> ,), biszkopty ots 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ,),		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3358.27 kcal; Białko ogółem: 122.44 g; Tłuszcz: 125.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.73 g; Węglowodany ogółem: 441.58 g; suma cukrów prostych: 138.15 g; Błonnik pokarmowy: 31.41 g; Sól: 6.54 g; WW: 41.05 Por; Cholesterol: 297.47 mg;

sobota 2024-03-30			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
płatki owsiane na mleku 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,), bulka grahamka 1 szt (<u>GLU</u> ,), chleb graham 30 g (<u>GLU</u> ,), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u> ,), kielbasa biała 100 g , ketchup saszetka 2 szt (<u>SEL</u> ,), dynia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		kapuśniak z kisz. kap. 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>SEL</u> ,), Makaron ugotowany 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ,), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,), kafałor z bulką tartą 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml ,		chleb graham 90 g (<u>GLU</u> ,), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u> ,), hummus klasyczny 1 szt (<u>SEZ</u> ,), sałatka wykwinna 200 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,), Herbata czarna b/c 250 ml ,	
			Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym b/c 200 g (<u>MLE</u> ,),		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3226.25 kcal; Białko ogółem: 120.06 g; Tłuszcz: 149.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.71 g; Węglowodany ogółem: 357.45 g; suma cukrów prostych: 47.71 g; Błonnik pokarmowy: 31.64 g; Sól: 4.91 g; WW: 32.49 Por; Cholesterol: 267.7 mg;

sobota 2024-03-30			Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu		
chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 50 g ,		chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 50 g ,		chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 50 g ,	

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

sobota 2024-03-30			Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,), Herbata czarna b/c 200 ml ,		kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,), Herbata czarna b/c 200 ml ,		kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,), Herbata czarna b/c 200 ml ,	

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

sobota 2024-03-30			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;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-30			Jadłospis dla diety: Ściśła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,),	grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ,), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1310.33 kcal; Białko ogółem: 42.24 g; Tłuszcz: 19.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.27 g; Węglowodany ogółem: 242.19 g; suma cukrów prostych: 5.25 g; Błonnik pokarmowy: 12.57 g; Sól: 1.09 g; WW: 23.02 Por; Cholesterol: 69.05 mg;

sobota 2024-03-30			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 kukurydzina 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;

sobota 2024-03-30			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-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml (<u>SEL</u> ,), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/ml 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,), cukinia 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> ,), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u> ,), marchewka 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> ,), bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g (<u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ,), marchwianka 200 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2299.53 kcal; Białko ogółem: 89.69 g; Tłuszcz: 65.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.02 g; Węglowodany ogółem: 260.26 g; suma cukrów prostych: 26.04 g; Błonnik pokarmowy: 27.26 g; Sól: 7.58 g; WW: 23.43 Por; Cholesterol: 718.76 mg;

sobota 2024-03-30			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;

sobota 2024-03-30			Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), twarożek 100 g (<u>MLE</u> ,), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żył. 100 g (<u>GLU</u> ,),	krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g (<u>GLU</u> ,), ziemniaki gotowane 200 g , Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atapowa 240 g , brokuł gotowany 150 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml (<u>GLU</u> ,), woda n/gaz 0,5L 1 szt ,	chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), pasta z jaj 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u> ,),		Posiłek nocny: banan 200 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1921.92 kcal; Białko ogółem: 66.54 g; Tłuszcz: 67.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.99 g; Węglowodany ogółem: 274.93 g; suma cukrów prostych: 96.34 g; Błonnik pokarmowy: 47.56 g; Sól: 4.79 g; WW: 23.02 Por; Cholesterol: 649.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-30		Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny
	.jarzynowa z ziemniakami 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .makaron z twarogiem i owocami 450 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 971.44 kcal; Białko ogółem: 40.76 g; Tłuszcz: 27.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: .85 g; Węglowodany ogółem: 141.33 g; suma cukrów prostych: 36.65 g; Błonnik pokarmowy: 10.35 g; Sól: 4.63 g; WW: 13.21 Por; Cholesterol: 0 mg;

sobota 2024-03-30		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>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.koperkowa z ziemniakami 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .makaron z twarogiem i owocami 320 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</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 homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u> ,), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: dżem owocowy 50 g , chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2297.24 kcal; Białko ogółem: 93.49 g; Tłuszcz: 79.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.84 g; Węglowodany ogółem: 318.82 g; suma cukrów prostych: 73.37 g; Błonnik pokarmowy: 16.46 g; Sól: 7.24 g; WW: 30.53 Por; Cholesterol: 174.98 mg;

sobota 2024-03-30		Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser topiony 100 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g , chleb razowy 100 g (<u>GLU</u> ,),	.jarzynowa z ziemniakami 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .makaron z twarogiem i owocami 320 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u> ,),
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), jabłko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2592.96 kcal; Białko ogółem: 97 g; Tłuszcz: 106.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.13 g; Węglowodany ogółem: 324.46 g; suma cukrów prostych: 86.31 g; Błonnik pokarmowy: 42.18 g; Sól: 11.33 g; WW: 28.52 Por; Cholesterol: 564.76 mg;

sobota 2024-03-30		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA
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 topiony 50 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	.jarzynowa z ziemniakami 400 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .makaron z twarogiem i owocami 320 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u> ,), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2392.02 kcal; Białko ogółem: 83.29 g; Tłuszcz: 82.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.13 g; Węglowodany ogółem: 343.91 g; suma cukrów prostych: 66.76 g; Błonnik pokarmowy: 34.86 g; Sól: 10.13 g; WW: 31.19 Por; Cholesterol: 229.58 mg;

sobota 2024-03-30		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u> ,), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u> ,), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , hummus 65 g (<u>SEZ</u>), margaryna 15 g ,	.koperkowa z ziemniakami b/glut, b/ml 350 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), .makaron z warzywami 350 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ,), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u> ,), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u> ,), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , pasztet sojowy 113 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ,),
		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2248.18 kcal; Białko ogółem: 52.42 g; Tłuszcz: 90.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.41 g; Węglowodany ogółem: 311.74 g; suma cukrów prostych: 55.67 g; Błonnik pokarmowy: 33.12 g; Sól: 6.46 g; WW: 28.04 Por; Cholesterol: 1 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-30		Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna	
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g , chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g ,	.jarzynowa z ziemniakami 400 g (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .makaron z twarogiem i owocami 320 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , dynia gotowana 100 g , chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>),	
II Śniadanie: jabłko gotowane 150 g , skyr waniliowy 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2385.89 kcal; Białko ogółem: 104.4 g; Tłuszcz: 77.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.7 g; Węglowodany ogółem: 334.81 g; suma cukrów prostych: 78.03 g; Błonnik pokarmowy: 28.09 g; Sól: 10.65 g; WW: 31.05 Por; Cholesterol: 150.18 mg;

sobota 2024-03-30		Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa	
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), cukinia gotowana 100 g ,	.jarzynowa z ziemniakami 400 g (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), .makaron z warzywami 350 g (<u>GLU, JAJ, SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , dynia gotowana 100 g , chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>),	
II Śniadanie: jabłko gotowane 150 g , serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: chleb razowy 50g 0 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), hummus 65 g (<u>SEZ</u>),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2627.09 kcal; Białko ogółem: 102.88 g; Tłuszcz: 134.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 59.21 g; Węglowodany ogółem: 269.46 g; suma cukrów prostych: 50.18 g; Błonnik pokarmowy: 42.3 g; Sól: 13.83 g; WW: 22.82 Por; Cholesterol: 332.68 mg;