

## Jadłospisy dla oddziałów

USK 1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>sobota 2024-04-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 30g 30 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.kalafiorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ, </u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u> ), .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU, 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. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2384.27 kcal; Białko ogółem: 105.61 g; Tłuszcz: 94.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.7 g; Węglowodany ogółem: 297.76 g; suma cukrów prostych: 29.34 g; Błonnik pokarmowy: 40.64 g; Sól: 10.32 g; WW: 26.07 Por; Cholesterol: 756.21 mg;

<b>sobota 2024-04-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ),	.kalafiorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 250 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ, </u> ), .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u> ),	chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3082.87 kcal; Białko ogółem: 169.49 g; Tłuszcz: 125.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 52.89 g; Węglowodany ogółem: 352.23 g; suma cukrów prostych: 54.1 g; Błonnik pokarmowy: 44.2 g; Sól: 11.35 g; WW: 31.24 Por; Cholesterol: 845.91 mg;

<b>sobota 2024-04-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.kalafiorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ, </u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u> ), .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2317.61 kcal; Białko ogółem: 110.56 g; Tłuszcz: 102.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.75 g; Węglowodany ogółem: 254.92 g; suma cukrów prostych: 20.16 g; Błonnik pokarmowy: 35.88 g; Sól: 10.16 g; WW: 22.2 Por; Cholesterol: 782.51 mg;

<b>sobota 2024-04-06</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 30g 30 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.kalafiorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ, </u> ), .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2296.19 kcal; Białko ogółem: 102.56 g; Tłuszcz: 93.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.56 g; Węglowodany ogółem: 279.19 g; suma cukrów prostych: 33.35 g; Błonnik pokarmowy: 37.8 g; Sól: 9.69 g; WW: 24.49 Por; Cholesterol: 755.71 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-06			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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlna 50 g , .pietruszką a'la szparagi 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	.kalaflorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ziemiaki 200 g , .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .szpinak oprószone 150 g ( <u>GLU</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> ), wędlna 50 g , .marchew gotowana 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: .jabłko gotowane 150 g , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2981.3 kcal; Białko ogółem: 146.85 g; Tłuszcz: 119.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.15 g; Węglowodany ogółem: 362.05 g; suma cukrów prostych: 71.76 g; Błonnik pokarmowy: 56.38 g; Sól: 13.27 g; WW: 31.01 Por; Cholesterol: 810.41 mg;

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlna 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ),	.kalaflorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ziemiaki 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .szpinak oprószone 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), wędlna 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), .jabłko gotowane 150 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2717.05 kcal; Białko ogółem: 135.13 g; Tłuszcz: 112.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 49.46 g; Węglowodany ogółem: 320.61 g; suma cukrów prostych: 56.58 g; Błonnik pokarmowy: 51.1 g; Sól: 10.99 g; WW: 27.39 Por; Cholesterol: 825.91 mg;

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlna 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), .ziemiaki 200 g , .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</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. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlna 50 g , .marchew gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), .jabłko gotowane 150 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2424.68 kcal; Białko ogółem: 116.61 g; Tłuszcz: 94.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.95 g; Węglowodany ogółem: 295.35 g; suma cukrów prostych: 46.61 g; Błonnik pokarmowy: 29.06 g; Sól: 6.93 g; WW: 27.05 Por; Cholesterol: 806.52 mg;

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlna 30g 30 g , Herbata czarna z/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), .ziemiaki 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .szpinak gotowany - dieta 150 g ( <u>GLU</u> ),	Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlna 50 g , sałata zielona 8g 8 g ,			
II Śniadanie: jabłko 150 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), .jabłko gotowane 150 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2676.29 kcal; Białko ogółem: 128.67 g; Tłuszcz: 99.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.5 g; Węglowodany ogółem: 334.32 g; suma cukrów prostych: 72.91 g; Błonnik pokarmowy: 39.86 g; Sól: 5.19 g; WW: 29.89 Por; Cholesterol: 826.52 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.kalaflorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), .szpinak oprószyany 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,	Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml ,	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2432.49 kcal; Białko ogółem: 120.98 g; Tłuszcz: 109.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.66 g; Węglowodany ogółem: 269.42 g; suma cukrów prostych: 36.12 g; Błonnik pokarmowy: 40.05 g; Sól: 10.89 g; WW: 23.31 Por; Cholesterol: 816.51 mg;

sobota 2024-04-06			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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.kalaflorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), .szpinak oprószyany 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), papryka świeża 100 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2108.37 kcal; Białko ogółem: 108.26 g; Tłuszcz: 88.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.64 g; Węglowodany ogółem: 247 g; suma cukrów prostych: 32.05 g; Błonnik pokarmowy: 35.25 g; Sól: 9.05 g; WW: 21.52 Por; Cholesterol: 758.33 mg;

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 30g 30 g ,	.kalaflorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), .szpinak oprószyany 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok owocowy 200ml 200 g , twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), mandarynka 100 g ,		Posiłek nocny: sałata zielona 8g 8 g , chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2435.77 kcal; Białko ogółem: 120.06 g; Tłuszcz: 108.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.45 g; Węglowodany ogółem: 272.27 g; suma cukrów prostych: 51.91 g; Błonnik pokarmowy: 35.6 g; Sól: 9.17 g; WW: 23.98 Por; Cholesterol: 816.31 mg;

sobota 2024-04-06			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 mięsa drobi i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.kalaflorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u> ), .szpinak oprószyany 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: pomidor 100 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2148.36 kcal; Białko ogółem: 102.24 g; Tłuszcz: 88.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.99 g; Węglowodany ogółem: 265.18 g; suma cukrów prostych: 28.88 g; Błonnik pokarmowy: 38.35 g; Sól: 9.44 g; WW: 22.95 Por; Cholesterol: 295.28 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml, jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	.kalafliorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g, sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml, .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g,	Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 50 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3119.93 kcal; Białko ogółem: 167.27 g; Tłuszcz: 139.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 60.18 g; Węglowodany ogółem: 329.41 g; suma cukrów prostych: 45.89 g; Błonnik pokarmowy: 40.99 g; Sól: 10.68 g; WW: 29.23 Por; Cholesterol: 942.24 mg;

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 250 ml, .pietruszką a'la szparagi 100 g,	zupa ryżowa 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> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml, .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), szpinak gotowany - dieta 150 g ( <u>GLU</u> ),	Herbata czarna b/c 250 ml, chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g, .marchew gotowana 150 g,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), sok pomidorowy 300 ml, twaróg krajanka 50 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2119.24 kcal; Białko ogółem: 118.32 g; Tłuszcz: 52.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.96 g; Węglowodany ogółem: 316.31 g; suma cukrów prostych: 26.47 g; Błonnik pokarmowy: 26.35 g; Sól: 9.46 g; WW: 29.28 Por; Cholesterol: 143.49 mg;

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120g 1 Por, masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g, .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	chleb PKU 120g 120 g, masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, .marchew gotowana 150 g, wędlina 30g 30 g,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml,		Posiłek nocny: chleb PKU 30g 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2125.3 kcal; Białko ogółem: 53.56 g; Tłuszcz: 86.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.13 g; Węglowodany ogółem: 286.8 g; suma cukrów prostych: 21.26 g; Błonnik pokarmowy: 16.28 g; Sól: 5.31 g; WW: 27.23 Por; Cholesterol: 212.79 mg;

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z mięsa drobi i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), .pietruszką a'la szparagi 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	zupa ryżowa 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g, .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</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> ), wędlina 50 g, .marchew gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g,		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2087.39 kcal; Białko ogółem: 112.89 g; Tłuszcz: 56.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.79 g; Węglowodany ogółem: 301.87 g; suma cukrów prostych: 34.27 g; Błonnik pokarmowy: 20.5 g; Sól: 6.67 g; WW: 28.44 Por; Cholesterol: 206.29 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-06			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 mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), pietruszka a/la szparagi 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ryżowa 300 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki 200 g , .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 150 g ( <u>GLU</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g , .marchew gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ),			
		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2049.82 kcal; Białko ogółem: 99.2 g; Tłuszcz: 80.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.96 g; Węglowodany ogółem: 250.46 g; suma cukrów prostych: 31.34 g; Błonnik pokarmowy: 18.73 g; Sól: 6.18 g; WW: 23.42 Por; Cholesterol: 289.77 mg;

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ),	.kalaforowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), .szpinak oprószony 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),	chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 50 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), salata zielona 8g 8 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3033.31 kcal; Białko ogółem: 149.59 g; Tłuszcz: 119.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 51.34 g; Węglowodany ogółem: 371.08 g; suma cukrów prostych: 51.53 g; Błonnik pokarmowy: 43.42 g; Sól: 10.69 g; WW: 33.23 Por; Cholesterol: 835.21 mg;

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),	płynna - obiad 600 ml ,	płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),			
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2239.25 kcal; Białko ogółem: 126.93 g; Tłuszcz: 139.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.75 g; Węglowodany ogółem: 137.5 g; suma cukrów prostych: 4.17 g; Błonnik pokarmowy: 5.02 g; Sól: 1.61 g; WW: 13.42 Por; Cholesterol: 1040.36 mg;

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),	papkowata - obiad 650 ml ,	papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),			
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),		Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2291.51 kcal; Białko ogółem: 128.19 g; Tłuszcz: 139.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.76 g; Węglowodany ogółem: 149.6 g; suma cukrów prostych: 4.77 g; Błonnik pokarmowy: 6.01 g; Sól: 1.62 g; WW: 14.55 Por; Cholesterol: 1040.36 mg;

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), pietruszka a/la szparagi 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), szpinak gotowany - dieta 150 g ( <u>GLU</u> ),	Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z ryby gotowanej i warzyw-dieta 100 g ( <u>RYB, SEL, może zawierać: SEL</u> ), .marchew gotowana 150 g , .ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ),			
		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2620.22 kcal; Białko ogółem: 113.98 g; Tłuszcz: 107.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.49 g; Węglowodany ogółem: 320.01 g; suma cukrów prostych: 47.32 g; Błonnik pokarmowy: 23.1 g; Sól: 7.65 g; WW: 29.96 Por; Cholesterol: 338.37 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów			
.ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), pietruszka a'la szparagi 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), .szpinak gotowany - dieta 150 g ( <u>GLU</u> ),		Herbata czarna b/c 250 ml , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g ( <u>RYB, SEL, może zawierać: SEL</u> ), .marchew gotowana 150 g , .ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ),		
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,				Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2523.98 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 107.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.71 g; Węglowodany ogółem: 302.76 g; suma cukrów prostych: 26.68 g; Błonnik pokarmowy: 24.93 g; Sól: 8.81 g; WW: 28.04 Por; Cholesterol: 318.37 mg;

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca			
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 30g 30 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		.kafaliorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 100 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u> ), .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,		chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		
II Śniadanie: jabłko 150 g ,				Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1755.69 kcal; Białko ogółem: 95.17 g; Tłuszcz: 70.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.86 g; Węglowodany ogółem: 208.9 g; suma cukrów prostych: 38.58 g; Błonnik pokarmowy: 38.65 g; Sól: 8.15 g; WW: 17.3 Por; Cholesterol: 455.26 mg;

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa			
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 30g 30 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		.kafaliorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u> ), .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,		chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,				Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2339.25 kcal; Białko ogółem: 124.98 g; Tłuszcz: 101.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.02 g; Węglowodany ogółem: 259.55 g; suma cukrów prostych: 26 g; Błonnik pokarmowy: 36.44 g; Sól: 9.54 g; WW: 22.67 Por; Cholesterol: 791.81 mg;

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna			
.pietruszka a'la szparagi 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ),		.ziemniaki 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , szpinak gotowany b/glut, b/ml 100 g , .pieczeń rzymska b/glu 80 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , zupa ryżowa -dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ),		Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), .marchew gotowana 150 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g ,		
				Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2310.69 kcal; Białko ogółem: 106.95 g; Tłuszcz: 85.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.06 g; Węglowodany ogółem: 289.83 g; suma cukrów prostych: 30.25 g; Błonnik pokarmowy: 20.72 g; Sól: 7.9 g; WW: 27.14 Por; Cholesterol: 152.38 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 30g 30 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ),	.ziemniaki 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , szpinak gotowany b/glut, b/ml 100 g , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , .pieczeń rzymska b/glu 80 g ( <u>JAJ</u> ), zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ),	chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , ogórek świeży 100 g ,	
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , salata zielona 8g 8 g , margaryna 15 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2281.55 kcal; Białko ogółem: 112.34 g; Tłuszcz: 87.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.31 g; Węglowodany ogółem: 279.99 g; suma cukrów prostych: 30.19 g; Błonnik pokarmowy: 34.37 g; Sól: 5.16 g; WW: 24.9 Por; Cholesterol: 642.23 mg;

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: Atopowa
margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 Por , ogórek świeży 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka 300 ml ,		Posiłek nocny: płatki owsiane na wodzie 200 ml ( <u>GLU</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1730.98 kcal; Białko ogółem: 71.26 g; Tłuszcz: 52.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.03 g; Węglowodany ogółem: 251.42 g; suma cukrów prostych: 90.74 g; Błonnik pokarmowy: 45.66 g; Sól: 2.57 g; WW: 20.92 Por; Cholesterol: 187.83 mg;

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN
salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 30g 30 g ,	.ziemniaki 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , szpinak gotowany b/glut, b/ml 100 g , zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), .pieczeń rzymska b/glu 80 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml ,	wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), chleb bezglutenowy 120g 120 g ,	
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , salata zielona 8g 8 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2184.93 kcal; Białko ogółem: 109.66 g; Tłuszcz: 109.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.77 g; Węglowodany ogółem: 197.97 g; suma cukrów prostych: 22.85 g; Błonnik pokarmowy: 6.97 g; Sól: 1.18 g; WW: 19.3 Por; Cholesterol: 748.21 mg;

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA
salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , wędlina 30g 30 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ),	.ziemniaki 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , szpinak gotowany b/glut, b/ml 100 g , zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), .pieczeń rzymska b/glu 80 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml ,	ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , wędlina 50 g , margaryna 15 g ,	
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , pasta z wędliny drob. 100 g , salata zielona 8g 8 g , margaryna 15 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2182.95 kcal; Białko ogółem: 109.44 g; Tłuszcz: 109.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.06 g; Węglowodany ogółem: 197.99 g; suma cukrów prostych: 22.59 g; Błonnik pokarmowy: 6.97 g; Sól: 1.18 g; WW: 19.31 Por; Cholesterol: 640.73 mg;

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN
salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 30g 30 g ,	.ziemniaki 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , szpinak gotowany b/glut, b/ml 100 g , zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), .pieczeń rzymska b/glu 80 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml ,	wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), chleb bezglutenowy 120g 120 g ,	
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , salata zielona 8g 8 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2296.53 kcal; Białko ogółem: 112.9 g; Tłuszcz: 120.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.29 g; Węglowodany ogółem: 197.26 g; suma cukrów prostych: 9.52 g; Błonnik pokarmowy: 8.08 g; Sól: 1.18 g; WW: 19.14 Por; Cholesterol: 773.01 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-06 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ),	.ziemniaki 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , szpinak gotowany b/glut, b/ml 100 g , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , .pieczeń rzymska b/glu 80 g ( <u>JAJ</u> ), zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ),	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 250 ml , margaryna 15 g , ogórek świeży 100 g ,
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pomidor 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , sałata zielona 8g 8 g , margaryna 15 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2096.75 kcal; Białko ogółem: 106.84 g; Tłuszcz: 96.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.89 g; Węglowodany ogółem: 215.4 g; suma cukrów prostych: 17.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.88 g; Sól: 4.48 g; WW: 18.94 Por; Cholesterol: 643.33 mg;

sobota 2024-04-06 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 30g 30 g ,	.ziemniaki 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , szpinak gotowany b/glut, b/ml 100 g , zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), .pieczeń rzymska b/glu 80 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml ,	wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , margaryna 15 g , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 15 g , pomidor 100 g ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , sałata zielona 8g 8 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2327.15 kcal; Białko ogółem: 112.64 g; Tłuszcz: 125.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.11 g; Węglowodany ogółem: 197.32 g; suma cukrów prostych: 9.2 g; Błonnik pokarmowy: 8.08 g; Sól: 1.18 g; WW: 19.16 Por; Cholesterol: 640.73 mg;

sobota 2024-04-06 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , pasta z mięsa drobi i warzyw 50 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , chleb PKU 120g 120 g ,	kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki 200 g , .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ),	chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , wędlina 30g 30 g , .marchew gotowana 100 g , miód 2 szt. 0 g , miód 2 szt. 50 g ,
		Posiłek nocny: .jabłko gotowane 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2054.5 kcal; Białko ogółem: 49.8 g; Tłuszcz: 71.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.39 g; Węglowodany ogółem: 300.94 g; suma cukrów prostych: 29.58 g; Błonnik pokarmowy: 20.81 g; Sól: 2.99 g; WW: 28.24 Por; Cholesterol: 220.79 mg;

sobota 2024-04-06 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
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> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/mleka - dieta 300 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), 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> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem 400 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g ( <u>GLU</u> ), marchwianka 200 ml , chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1915.11 kcal; Białko ogółem: 83.61 g; Tłuszcz: 70.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.66 g; Węglowodany ogółem: 247.79 g; suma cukrów prostych: 46.71 g; Błonnik pokarmowy: 40.82 g; Sól: 3.62 g; WW: 21.02 Por; Cholesterol: 764.94 mg;

sobota 2024-04-06 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
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 , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Ryż biały na sypko 100 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,	makaron z białym serem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), Mus z truskawek 200 g ,		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g ( <u>GLU</u> ), chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI, ORZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2002.92 kcal; Białko ogółem: 80.98 g; Tłuszcz: 47.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.71 g; Węglowodany ogółem: 322.13 g; suma cukrów prostych: 61.64 g; Błonnik pokarmowy: 37.43 g; Sól: 1.86 g; WW: 28.78 Por; Cholesterol: 153.14 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-06			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.: 1361.48 kcal; Białko ogółem: 39.09 g; Tłuszcz: 20.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.1 g; Węglowodany ogółem: 258.65 g; suma cukrów prostych: 10.37 g; Błonnik pokarmowy: 18.06 g; Sól: .8 g; WW: 24.13 Por; Cholesterol: 0 mg;

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> , ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> , ), jaja ots 2 szt ( <u>JAJ</u> , ), majonez saszetka ots 15 g ( <u>JAJ</u> , ), pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , ryż na mleku ots 400 g ( <u>MLE</u> , ),		zupa ogórkowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), Makaron ugotowany ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ), gulasz drobiowy - dieta ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> , ), brokuł z bułką tartą ots 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,		chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> , ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> , ), sok pomidorowy 300 ml ots 1 szt , ser żółty plastry - 100g ots 1 szt ( <u>MLE</u> , ), Herbata czarna b/c 250 ml , jaja ots 2 szt ( <u>JAJ</u> , ),	
			Posiłek nocny: Mus z truskawek ots 200 g , biszkopty ots 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3144.49 kcal; Białko ogółem: 154.29 g; Tłuszcz: 143.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 59.58 g; Węglowodany ogółem: 319.25 g; suma cukrów prostych: 69.74 g; Błonnik pokarmowy: 30.32 g; Sól: 9.53 g; WW: 29.11 Por; Cholesterol: 1657.73 mg;

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> , ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> , ), jaja ots 2 szt ( <u>JAJ</u> , ), pomidor b/skóry ots 100 g , majonez saszetka ots 30 g ( <u>JAJ</u> , ), Herbata czarna b/c 250 ml , ryż na mleku ots 400 g ( <u>MLE</u> , ),		zupa ogórkowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), Makaron ugotowany ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ), gulasz drobiowy - dieta ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> , ), brokuł z bułką tartą ots 100 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,		chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> , ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> , ), sok pomidorowy 300 ml ots 1 szt , ser żółty plastry - 100g ots 1 szt ( <u>MLE</u> , ), Herbata czarna b/c 250 ml , jaja ots 2 szt ( <u>JAJ</u> , ),	
			Posiłek nocny: Mus z truskawek b/c ots 200 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2995.79 kcal; Białko ogółem: 148.5 g; Tłuszcz: 149.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 57 g; Węglowodany ogółem: 275.07 g; suma cukrów prostych: 45.36 g; Błonnik pokarmowy: 28.59 g; Sól: 9.54 g; WW: 24.9 Por; Cholesterol: 1586.08 mg;

sobota 2024-04-06			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 2024-04-06			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 2024-04-06			Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , ), 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> , ), 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> , ), 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.: 1360.2 kcal; Białko ogółem: 37.83 g; Tłuszcz: 12.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.55 g; Węglowodany ogółem: 273.44 g; suma cukrów prostych: .35 g; Błonnik pokarmowy: 10.59 g; Sól: .57 g; WW: 26.27 Por; Cholesterol: 0 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-06 Jadłospis dla diety: Ściśła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, _</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL, _</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1295.41 kcal; Białko ogółem: 41.7 g; Tłuszcz: 19.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.27 g; Węglowodany ogółem: 239.8 g; suma cukrów prostych: 5.52 g; Błonnik pokarmowy: 12.7 g; Sól: 1.1 g; WW: 22.77 Por; Cholesterol: 69.05 mg;

sobota 2024-04-06 Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, MLE, 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.: 967.61 kcal; Białko ogółem: 60.51 g; Tłuszcz: 35.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 114.25 g; suma cukrów prostych: 50.67 g; Błonnik pokarmowy: 5.7 g; Sól: 2.18 g; WW: 10.84 Por; Cholesterol: 155.71 mg;

sobota 2024-04-06 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, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> ), sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU, 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, JAJ, SOJ, MLE, _</u> ), kakao proszek 30 g ( <u>GLU, _</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c 200 ml , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2008.23 kcal; Białko ogółem: 73.15 g; Tłuszcz: 51.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.28 g; Węglowodany ogółem: 232.82 g; suma cukrów prostych: 44.76 g; Błonnik pokarmowy: 34.85 g; Sól: 2.94 g; WW: 19.96 Por; Cholesterol: 209.39 mg;

sobota 2024-04-06 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
wafle ryżowe 40 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/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 Por ( <u>GLU, _</u> ), brokuł gotowany 100 g ,	wafle ryżowe 40 g , margaryna 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.: 1784.23 kcal; Białko ogółem: 58.43 g; Tłuszcz: 70.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.44 g; Węglowodany ogółem: 235.38 g; suma cukrów prostych: 19.3 g; Błonnik pokarmowy: 14.57 g; Sól: 1.45 g; WW: 22.34 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

sobota 2024-04-06 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), twarożek 100 g ( <u>MLE, _</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE, _</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka 300 ml ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1592 kcal; Białko ogółem: 74.93 g; Tłuszcz: 41.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.23 g; Węglowodany ogółem: 251.93 g; suma cukrów prostych: 98.87 g; Błonnik pokarmowy: 50.44 g; Sól: 3.59 g; WW: 20.59 Por; Cholesterol: 211.43 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: Niemowlęca papkowata (0-1 lat)		
chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob i warzyw 50 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 200 ml ,	zupa ryżowa 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki 100 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml , pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), szpinak gotowany - dieta 150 g ( <u>GLU</u> ),	chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 200 ml , marchew gotowana 150 g , pasta z wędliny drob. 50 g ,			
II Śniadanie: jabłko gotowane 150 g ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1373.97 kcal; Białko ogółem: 74.67 g; Tłuszcz: 63.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.33 g; Węglowodany ogółem: 141.81 g; suma cukrów prostych: 37.68 g; Błonnik pokarmowy: 22.67 g; Sól: 5.1 g; WW: 12.14 Por; Cholesterol: 217.89 mg;

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	.kalaforowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 250 g , pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u> ), szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,				

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1021.29 kcal; Białko ogółem: 52.56 g; Tłuszcz: 39.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.93 g; Węglowodany ogółem: 119.97 g; suma cukrów prostych: 10.26 g; Błonnik pokarmowy: 12.97 g; Sól: 5.45 g; WW: 10.84 Por; Cholesterol: 139.01 mg;

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna z/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml , pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ),	Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , jabłko gotowane 150 g , chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ),			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2451.99 kcal; Białko ogółem: 135.46 g; Tłuszcz: 88.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.46 g; Węglowodany ogółem: 296.24 g; suma cukrów prostych: 58.4 g; Błonnik pokarmowy: 27.86 g; Sól: 4.46 g; WW: 27.26 Por; Cholesterol: 792.07 mg;

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.kalaforowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u> ), szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 100 g , ogórek świeży 100 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2406.86 kcal; Białko ogółem: 126.76 g; Tłuszcz: 103.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.81 g; Węglowodany ogółem: 259.7 g; suma cukrów prostych: 23.04 g; Błonnik pokarmowy: 37.07 g; Sól: 10.18 g; WW: 22.58 Por; Cholesterol: 782.51 mg;

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.kalaforowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u> ), szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), Kottlet z jaj 100 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), ziemniaki 200 g ,	chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), pasta z ryby gotowanej i warzyw-dieta 100 g ( <u>RYB, SEL, może zawierać: SEL</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ),			
		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2520.01 kcal; Białko ogółem: 109.76 g; Tłuszcz: 114.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.73 g; Węglowodany ogółem: 290.36 g; suma cukrów prostych: 36.71 g; Błonnik pokarmowy: 36.83 g; Sól: 10.18 g; WW: 25.82 Por; Cholesterol: 1336.4 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA			
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasztet sojowy 60 g ( <u>SOJ</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,		zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), Kotlety sojowe 100 g ( <u>GLU, SOJ, MLE</u> ), .ziemiaki 200 g ,		chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), hummus 60 g ( <u>SEZ</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g ,		
				Posiłek nocny: banan 200 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1943.03 kcal; Białko ogółem: 64.3 g; Tłuszcz: 68.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.34 g; Węglowodany ogółem: 276.28 g; suma cukrów prostych: 62.88 g; Błonnik pokarmowy: 37.01 g; Sól: 3.73 g; WW: 24.24 Por; Cholesterol: 13.41 mg;

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna			
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 50 g , .pietruska a'la szparagi 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),		zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), .ziemiaki 200 g , .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), .sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u> ), .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU, 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> ), wędlina 50 g , .marchew gotowana 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,		
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: .jabłko gotowane 150 g , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2789.24 kcal; Białko ogółem: 147.53 g; Tłuszcz: 102.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.95 g; Węglowodany ogółem: 339.08 g; suma cukrów prostych: 63.32 g; Błonnik pokarmowy: 34.23 g; Sól: 8.15 g; WW: 30.92 Por; Cholesterol: 788.63 mg;

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa			
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 50 g , .pietruska a'la szparagi 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),		.kalaforowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemiaki 200 g , .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), .sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u> ), .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,		chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , .marchew gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: .jabłko gotowane 150 g , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2626.56 kcal; Białko ogółem: 142.48 g; Tłuszcz: 104.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.41 g; Węglowodany ogółem: 308.69 g; suma cukrów prostych: 57.38 g; Błonnik pokarmowy: 52.18 g; Sól: 12.96 g; WW: 26.02 Por; Cholesterol: 773.92 mg;

sobota 2024-04-06			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna			
masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 50 g , .pietruska a'la szparagi 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb mieszany psz-żył. 100 g ( <u>GLU</u> ),		.kalaforowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemiaki 200 g , .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), .sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, może zawierać: SEL</u> ), .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,		chleb mieszany psz-żył. 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , .marchew gotowana 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,		
II Śniadanie: chleb mieszany psz.-żył. 50 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: .jabłko gotowane 150 g , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2759.8 kcal; Białko ogółem: 139.85 g; Tłuszcz: 117.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.9 g; Węglowodany ogółem: 312.95 g; suma cukrów prostych: 67.66 g; Błonnik pokarmowy: 48.23 g; Sól: 11.86 g; WW: 26.91 Por; Cholesterol: 808.91 mg;