

## Jadłospisy dla oddziałów

USK W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-04-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g , wędlna 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.ogórkowa 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , .schab duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g ( <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> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa biała 120 g , musztarda 20 g , Herbata czarna z/c 400 ml , salata zielona 8g 8 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2132.39 kcal; Białko ogółem: 87.06 g; Tłuszcz: 85.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.18 g; Węglowodany ogółem: 272.27 g; suma cukrów prostych: 59.59 g; Błonnik pokarmowy: 41.01 g; Sól: 10.2 g; WW: 23.38 Por; Cholesterol: 129.88 mg;

<b>niedziela 2024-04-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), 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> ), dżem owocowy 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , wędlna 50 g ,	.ogórkowa 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 250 g , .schab duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .schab duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g ( <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> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa biała 120 g , musztarda 20 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , sok pomidorowy 300 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek kiszony 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3022.04 kcal; Białko ogółem: 147.69 g; Tłuszcz: 120.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.72 g; Węglowodany ogółem: 359.8 g; suma cukrów prostych: 84.11 g; Błonnik pokarmowy: 48.27 g; Sól: 13.38 g; WW: 31.4 Por; Cholesterol: 305.38 mg;

<b>niedziela 2024-04-07</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> ), wędlna 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.ogórkowa 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , .schab duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> dżem owocowy 50 g , chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek kiszony 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2197.34 kcal; Białko ogółem: 97.58 g; Tłuszcz: 84.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.63 g; Węglowodany ogółem: 279.49 g; suma cukrów prostych: 72.71 g; Błonnik pokarmowy: 43 g; Sól: 11.46 g; WW: 23.9 Por; Cholesterol: 266.28 mg;

<b>niedziela 2024-04-07</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
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> ), wędlna 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 25 g ,	.ogórkowa 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , .schab duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g ( <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> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2szt 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2325.74 kcal; Białko ogółem: 87.9 g; Tłuszcz: 83.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.11 g; Węglowodany ogółem: 313.03 g; suma cukrów prostych: 76.74 g; Błonnik pokarmowy: 38.32 g; Sól: 9.94 g; WW: 27.77 Por; Cholesterol: 270.33 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
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 , dżem owocowy 50 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	.ogórkowa 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , schab duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , seler gotowany 150 g ( <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> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa biała 120 g , musztarda 20 g , woszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2809.55 kcal; Białko ogółem: 112.1 g; Tłuszcz: 102.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.45 g; Węglowodany ogółem: 372.62 g; suma cukrów prostych: 103.18 g; Błonnik pokarmowy: 46.39 g; Sól: 14.18 g; WW: 32.88 Por; Cholesterol: 227.88 mg;

niedziela 2024-04-07			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> ), wędlina 50 g , dżem owocowy 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.ziemniaczana z konc.pomid. 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), ziemniaki 200 g , schab duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g ( <u>SEL</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2540.84 kcal; Białko ogółem: 97.48 g; Tłuszcz: 82.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.61 g; Węglowodany ogółem: 362.43 g; suma cukrów prostych: 95 g; Błonnik pokarmowy: 46.15 g; Sól: 9.72 g; WW: 32 Por; Cholesterol: 269.48 mg;

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , dżem owocowy 25 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	.ziemniaczana z konc.pomid. 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), ziemniaki 200 g , schab duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , seler gotowany 150 g ( <u>SEL</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> ), parówka 2szt 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , sałata zielona 8g 8 g ,			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2270.39 kcal; Białko ogółem: 94.58 g; Tłuszcz: 82.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 304.01 g; suma cukrów prostych: 61.03 g; Błonnik pokarmowy: 29.1 g; Sól: 10.07 g; WW: 27.89 Por; Cholesterol: 211.33 mg;

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , dżem owocowy 25 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.ziemniaczana z konc.pomid. 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), ziemniaki 200 g , schab duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , seler gotowany 150 g ( <u>SEL</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> ), parówka 2szt 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2345.92 kcal; Białko ogółem: 99.44 g; Tłuszcz: 73.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.06 g; Węglowodany ogółem: 323.92 g; suma cukrów prostych: 77.49 g; Błonnik pokarmowy: 25.09 g; Sól: 8.62 g; WW: 30.26 Por; Cholesterol: 254.88 mg;

niedziela 2024-04-07			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> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.ogórkowa 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , schab duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g ( <u>SEL</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 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> ), sok pomidorowy 300 ml ,	Podwieczorek: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek kiszony 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2232.9 kcal; Białko ogółem: 97.9 g; Tłuszcz: 94.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.06 g; Węglowodany ogółem: 268.62 g; suma cukrów prostych: 52.72 g; Błonnik pokarmowy: 46.7 g; Sól: 13.27 g; WW: 22.39 Por; Cholesterol: 303.18 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	.ziemniaczana z konc.pomid. 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u> ), .ziemniaki 200 g, .schab duszony 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ), sos do obiadu 100 g, .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml, .schab duszony 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ),	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: salata zielona 8g 8 g,		Posiłek nocny: ogórek świeży 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1952.59 kcal; Białko ogółem: 112.59 g; Tłuszcz: 70.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.4 g; Węglowodany ogółem: 233.54 g; suma cukrów prostych: 37.59 g; Błonnik pokarmowy: 38.64 g; Sól: 8.13 g; WW: 19.88 Por; Cholesterol: 700.75 mg;

niedziela 2024-04-07			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> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	.ogórkowa 400 g ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g, .schab duszony 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ), sos do obiadu 100 g, .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), salata zielona 8g 8 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 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g, ogórek kiszony 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2195.52 kcal; Białko ogółem: 105.14 g; Tłuszcz: 87.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.74 g; Węglowodany ogółem: 263.69 g; suma cukrów prostych: 71.79 g; Błonnik pokarmowy: 50.5 g; Sól: 11.23 g; WW: 21.56 Por; Cholesterol: 266.08 mg;

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),	.ogórkowa 400 g ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g, .schab duszony 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ), sos do obiadu 100 g, .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g, ogórek kiszony 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1949.69 kcal; Białko ogółem: 94.87 g; Tłuszcz: 57.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.18 g; Węglowodany ogółem: 286.45 g; suma cukrów prostych: 47.9 g; Błonnik pokarmowy: 51.02 g; Sól: 13.71 g; WW: 23.76 Por; Cholesterol: 186.31 mg;

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100g 100 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	.ogórkowa 400 g ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g, .schab duszony 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ), sos do obiadu 100 g, .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml, .schab duszony 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ),	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), salata zielona 8g 8 g,	Podwieczorek: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g, ogórek kiszony 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2878.26 kcal; Białko ogółem: 161.08 g; Tłuszcz: 125.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.63 g; Węglowodany ogółem: 296.04 g; suma cukrów prostych: 56.73 g; Błonnik pokarmowy: 43.02 g; Sól: 12 g; WW: 25.56 Por; Cholesterol: 369.18 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , cukinia gotowana 100 g , herbata b/c 300 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	.ziemniaczana z konc.pomid. 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), ziemniaki 250 g , .filet drobiowy gotowany 200 g , sos do obiadu 100 g , seler gotowany 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), herbata b/c 300 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2057.04 kcal; Białko ogółem: 121.44 g; Tłuszcz: 55.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.89 g; Węglowodany ogółem: 283.16 g; suma cukrów prostych: 36.71 g; Błonnik pokarmowy: 32.46 g; Sól: 13.21 g; WW: 25.38 Por; Cholesterol: 262.4 mg;

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> , <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	.ziemniaczana z konc.pomid. 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany 100 g , sos do obiadu 100 g , seler gotowany 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> , <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <u>MLE</u> , <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2083.44 kcal; Białko ogółem: 54.89 g; Tłuszcz: 84.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.75 g; Węglowodany ogółem: 283.1 g; suma cukrów prostych: 25.58 g; Błonnik pokarmowy: 22.75 g; Sól: 9.04 g; WW: 26.29 Por; Cholesterol: 249.2 mg;

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.ziemniaczana z konc.pomid. 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), ziemniaki 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos do obiadu 100 g , seler gotowany 150 g ( <u>SEL</u> ),	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2099.26 kcal; Białko ogółem: 89.49 g; Tłuszcz: 52.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.42 g; Węglowodany ogółem: 330.84 g; suma cukrów prostych: 79.88 g; Błonnik pokarmowy: 30.64 g; Sól: 10.15 g; WW: 30.35 Por; Cholesterol: 255.72 mg;

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.ziemniaczana b/koncentratu 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos do obiadu 100 g , seler gotowany 150 g ( <u>SEL</u> ),	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 250 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2046.26 kcal; Białko ogółem: 86.66 g; Tłuszcz: 69.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.37 g; Węglowodany ogółem: 281.15 g; suma cukrów prostych: 48.87 g; Błonnik pokarmowy: 26.53 g; Sól: 8.61 g; WW: 25.83 Por; Cholesterol: 244.6 mg;

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , dżem owocowy 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.ziemniaczana z konc.pomid. 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), ziemniaki 250 g , .schab duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , seler gotowany 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), kiełbasa biała 120 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek kiszony 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3119.83 kcal; Białko ogółem: 143.58 g; Tłuszcz: 121.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.97 g; Węglowodany ogółem: 389.8 g; suma cukrów prostych: 70.86 g; Błonnik pokarmowy: 51.89 g; Sól: 11.29 g; WW: 34.22 Por; Cholesterol: 284.48 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-04-07			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;

niedziela 2024-04-07			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;

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE, _</u> ), chleb pszenny krojony 100 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> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.ziemniaczana z konc.pomid. 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR, _</u> ), ziemniaki 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> ), sos do obiadu 100 g , seler gotowany 150 g ( <u>SEL, _</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, _</u> ), chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE, _</u> ), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL, _</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),				Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2189.39 kcal; Białko ogółem: 81 g; Tłuszcz: 80.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.53 g; Węglowodany ogółem: 299.67 g; suma cukrów prostych: 58.19 g; Błonnik pokarmowy: 31.18 g; Sól: 12.37 g; WW: 27.19 Por; Cholesterol: 279.61 mg;

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, _</u> ), chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	.ziemniaczana z konc.pomid. 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR, _</u> ), ziemniaki 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> ), sos do obiadu 100 g , seler gotowany 150 g ( <u>SEL, _</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, _</u> ), chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE, _</u> ), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL, _</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),				Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2189.57 kcal; Białko ogółem: 81.55 g; Tłuszcz: 86.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.02 g; Węglowodany ogółem: 285.46 g; suma cukrów prostych: 44.28 g; Błonnik pokarmowy: 31.03 g; Sól: 12.37 g; WW: 25.75 Por; Cholesterol: 288.41 mg;

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.ogórkowa 400 g ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), ziemniaki 200 g , schab duszony 80 g ( <u>GLU, MLE, _</u> ), sos do obiadu 100 g , .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g ( <u>SEL, _</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE, _</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jabłko 150 g ,				Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek kiszony 100 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1751.68 kcal; Białko ogółem: 85.02 g; Tłuszcz: 62.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.91 g; Węglowodany ogółem: 227.35 g; suma cukrów prostych: 52.74 g; Błonnik pokarmowy: 49.06 g; Sól: 10.85 g; WW: 18.07 Por; Cholesterol: 207.9 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,		.ogórkowa 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 250 g , .schab duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,		chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 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 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,				Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek kiszony 100 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2193.04 kcal; Białko ogółem: 112.33 g; Tłuszcz: 89.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.36 g; Węglowodany ogółem: 251.64 g; suma cukrów prostych: 44.26 g; Błonnik pokarmowy: 41.57 g; Sól: 11.45 g; WW: 21.24 Por; Cholesterol: 278.08 mg;

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , dżem owocowy 50 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,		.ziemniaczana z konc. pomid. b/glu b/ml 400 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany 100 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , seler gotowany 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,		chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , pasta z mięsa drob. 100 g ,	
				Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml , chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2054.64 kcal; Białko ogółem: 90.91 g; Tłuszcz: 67.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.71 g; Węglowodany ogółem: 284.68 g; suma cukrów prostych: 57.66 g; Błonnik pokarmowy: 29.23 g; Sól: 12.35 g; WW: 25.88 Por; Cholesterol: 142 mg;

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , dżem owocowy 25 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,		.ziemniaczana z konc. pomid. b/glu b/ml 400 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .schab duszony b/ml b/glu 80 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , seler gotowany 150 g ( <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> ), margaryna 15 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , pasta z mięsa drob. 100 g ,	
				Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , sok pomidorowy 300 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2211.52 kcal; Białko ogółem: 92.56 g; Tłuszcz: 83.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.22 g; Węglowodany ogółem: 300.19 g; suma cukrów prostych: 54.9 g; Błonnik pokarmowy: 48.91 g; Sól: 10.06 g; WW: 25.57 Por; Cholesterol: 131.7 mg;

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 50 g ,		kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g ( <u>GLU</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt , surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , kasza jaglana na wodzie 200 ml ,		wafle ryżowe 50 g , margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 Por , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	
II Śniadanie: gruszka 300 g ,				Posiłek nocny: kasza jaglana na wodzie 200 ml , Mus z jabłek b/c 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2292.57 kcal; Białko ogółem: 70.87 g; Tłuszcz: 91.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.51 g; Węglowodany ogółem: 307.76 g; suma cukrów prostych: 63.79 g; Błonnik pokarmowy: 42.45 g; Sól: 1.68 g; WW: 26.6 Por; Cholesterol: 148.47 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.ziemniaczana z konc. pomid. b/glu b/ml 400 g ( <u>SEL, może zawierać: SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .schab duszony b/glu b/ml 80 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , seler gotowany 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2047.3 kcal; Białko ogółem: 88.48 g; Tłuszcz: 94.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.12 g; Węglowodany ogółem: 225.32 g; suma cukrów prostych: 55.47 g; Błonnik pokarmowy: 21 g; Sól: 1.71 g; WW: 20.75 Por; Cholesterol: 238.48 mg;

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,	.ziemniaczana z konc. pomid. b/glu b/ml 400 g ( <u>SEL, może zawierać: SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .schab duszony b/glu b/ml 80 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , seler gotowany 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1976.34 kcal; Białko ogółem: 89.41 g; Tłuszcz: 87.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.42 g; Węglowodany ogółem: 224.43 g; suma cukrów prostych: 56.21 g; Błonnik pokarmowy: 21.33 g; Sól: 2.65 g; WW: 20.6 Por; Cholesterol: 130.2 mg;

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	.ziemniaczana z konc. pomid. b/glu b/ml 400 g ( <u>SEL, może zawierać: SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .schab duszony b/glu b/ml 80 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , seler gotowany 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
<b>II Śniadanie:</b> chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek kiszony 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2147.32 kcal; Białko ogółem: 94.88 g; Tłuszcz: 107.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.81 g; Węglowodany ogółem: 218.8 g; suma cukrów prostych: 31.37 g; Błonnik pokarmowy: 25.42 g; Sól: 4.93 g; WW: 19.63 Por; Cholesterol: 263.28 mg;

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
margaryna 15 g , wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),	.ziemniaczana z konc. pomid. b/glu b/ml 400 g ( <u>SEL, może zawierać: SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .schab duszony b/glu b/ml 80 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , seler gotowany 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
<b>II Śniadanie:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , sok pomidorowy 300 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2109.76 kcal; Białko ogółem: 102.81 g; Tłuszcz: 84.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.45 g; Węglowodany ogółem: 261.86 g; suma cukrów prostych: 33.4 g; Błonnik pokarmowy: 48.39 g; Sól: 6.97 g; WW: 21.73 Por; Cholesterol: 133.6 mg;

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	.ziemniaczana z konc. pomid. b/glu b/ml 400 g ( <u>SEL, może zawierać: SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .schab duszony b/glu b/ml 80 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , seler gotowany 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
<b>II Śniadanie:</b> chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 15 g , sok pomidorowy 300 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , ogórek kiszony 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2160.1 kcal; Białko ogółem: 103.65 g; Tłuszcz: 111.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.44 g; Węglowodany ogółem: 203.54 g; suma cukrów prostych: 21.74 g; Błonnik pokarmowy: 21.43 g; Sól: 4.4 g; WW: 18.47 Por; Cholesterol: 130.2 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa			
chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , dżem owocowy 50 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,		ziemniaczana z konc.pomid. 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany 100 g , sos do obiadu 100 g , seler gotowany 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,		chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ),		
				Posiłek nocny: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 50 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2070.35 kcal; Białko ogółem: 54.04 g; Tłuszcz: 77.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.31 g; Węglowodany ogółem: 292.62 g; suma cukrów prostych: 52.12 g; Błonnik pokarmowy: 19.76 g; Sól: 7.7 g; WW: 27.51 Por; Cholesterol: 224.4 mg;

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2			
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> ), marchewka gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,				Posiłek nocny: kakao proszek 30 g ( <u>GLU</u> ), zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2130.95 kcal; Białko ogółem: 73.11 g; Tłuszcz: 51.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.18 g; Węglowodany ogółem: 266.29 g; suma cukrów prostych: 39.93 g; Błonnik pokarmowy: 33.22 g; Sól: 4.42 g; WW: 23.5 Por; Cholesterol: 208.2 mg;

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3			
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		pomidorowa z makaronem drobnym- dieta b/ml 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,		chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 100 g , sałata zielona 8g 8 g ,				Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c 200 ml , kakao proszek 30 g ( <u>GLU</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2071.61 kcal; Białko ogółem: 94.99 g; Tłuszcz: 64.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.47 g; Węglowodany ogółem: 282.86 g; suma cukrów prostych: 51.11 g; Błonnik pokarmowy: 33.01 g; Sól: 5.03 g; WW: 25.31 Por; Cholesterol: 743.55 mg;

niedziela 2024-04-07			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;

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS			
kasza manna na mleku 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb graham 30g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), kalańfort gotowany 100 g , kielbasa biała 120 g , ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,		rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Ziemniaki gotowane z tłuszczem 200 g ( <u>MLE</u> ), udko z kurczaka duszone z/k z/s 200 g , marchew z groszkiem 150 g ( <u>GLU</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml ,		chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), pomidor b/skóry 100 g , dżem owocowy 25g 2 szt , hummus klasyczny 1 szt ( <u>SEZ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,		
				Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 250 g ( <u>MLE</u> ), rodzyнки 25 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3036.49 kcal; Białko ogółem: 109.19 g; Tłuszcz: 141.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.86 g; Węglowodany ogółem: 341.6 g; suma cukrów prostych: 88.6 g; Błonnik pokarmowy: 31.14 g; Sól: 4.47 g; WW: 30.95 Por; Cholesterol: 267.93 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
kasza manna na mleku 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), kalamari gotowane 100 g, kielbasa biała 120 g, ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Ziemniaki gotowane z tłuszczem 200 g ( <u>MLE</u> ), udko z kurczaka duszone z/k z/s 200 g, brokuł gotowany 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), pomidor b/skóry 100 g, wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, hummus klasyczny 1 szt ( <u>SEZ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml,			
		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym b/c 250 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2949.62 kcal; Białko ogółem: 128.09 g; Tłuszcz: 152.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.16 g; Węglowodany ogółem: 276 g; suma cukrów prostych: 48.88 g; Błonnik pokarmowy: 26.74 g; Sól: 4.17 g; WW: 24.87 Por; Cholesterol: 267.93 mg;

niedziela 2024-04-07			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;

niedziela 2024-04-07			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;

niedziela 2024-04-07			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.: 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;

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ),	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g, Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 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;

niedziela 2024-04-07			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.: 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;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-04-07 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, 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 50 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka 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> ), bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI, ORZ</u> ), marchwianka 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2181.3 kcal; Białko ogółem: 79.67 g; Tłuszcz: 58.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.69 g; Węglowodany ogółem: 258.25 g; suma cukrów prostych: 26.59 g; Błonnik pokarmowy: 27.57 g; Sól: 7.35 g; WW: 23.18 Por; Cholesterol: 440.99 mg;

niedziela 2024-04-07 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	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;

niedziela 2024-04-07 Jadłospis dla diety: Pokrzywka		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żyt. 100 g ( <u>GLU</u> ),	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g ( <u>GLU</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt ,	chleb mieszany psz-żyt. 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), filet z indyka gotowany 100 g , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: gruszka 300 g ,		Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , kasza manna na mleku 200 g ( <u>GLU, MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2025.5 kcal; Białko ogółem: 79.47 g; Tłuszcz: 67.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.25 g; Węglowodany ogółem: 292.34 g; suma cukrów prostych: 82.27 g; Błonnik pokarmowy: 51.54 g; Sól: 4.58 g; WW: 24.34 Por; Cholesterol: 710.25 mg;

niedziela 2024-04-07 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 ,	.ziemniaczana z konc.pomid. 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u> ), ziemniaki 100 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos do obiadu 100 g , seler gotowany 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 200 ml , pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <u>MLE</u> ),
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1144.91 kcal; Białko ogółem: 50.25 g; Tłuszcz: 40.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.64 g; Węglowodany ogółem: 143.75 g; suma cukrów prostych: 47.81 g; Błonnik pokarmowy: 18.2 g; Sól: 3.95 g; WW: 12.81 Por; Cholesterol: 213.92 mg;

niedziela 2024-04-07 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	.ogórkowa 400 g ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 250 g , .schab duszony 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .schab duszony 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .sos do obiadu 200 g , .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 200 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 936.07 kcal; Białko ogółem: 62.32 g; Tłuszcz: 39.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.92 g; Węglowodany ogółem: 88.23 g; suma cukrów prostych: 19.32 g; Błonnik pokarmowy: 15.55 g; Sól: 5.19 g; WW: 7.48 Por; Cholesterol: 92.4 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.ziemniaczana z konc.pomid. 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), ziemniaki 200 g , .schab duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , seler gotowany 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30g 30 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: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2237.52 kcal; Białko ogółem: 105.04 g; Tłuszcz: 84.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.42 g; Węglowodany ogółem: 279.62 g; suma cukrów prostych: 45.53 g; Błonnik pokarmowy: 28.07 g; Sól: 8.29 g; WW: 25.59 Por; Cholesterol: 263.28 mg;

niedziela 2024-04-07			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 , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 25 g ,	.ogórkowa 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , .schab duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .schab duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek kiszony 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2387.49 kcal; Białko ogółem: 127.47 g; Tłuszcz: 96.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.81 g; Węglowodany ogółem: 270.51 g; suma cukrów prostych: 55.57 g; Błonnik pokarmowy: 43.12 g; Sól: 11.61 g; WW: 23 Por; Cholesterol: 312.48 mg;

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ),	.ziemniaczana z konc.pomid. 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), Risotto wegetariańskie 400 g ( <u>SEL</u> ), sos do obiadu 100 g , .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g ( <u>SEL</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. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2145.14 kcal; Białko ogółem: 59.42 g; Tłuszcz: 70.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 337.74 g; suma cukrów prostych: 58.84 g; Błonnik pokarmowy: 46.98 g; Sól: 10.46 g; WW: 29.38 Por; Cholesterol: 174.88 mg;

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,	.ziemniaczana z konc. pomid. b/glu b/ml 350 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), Risotto wegetariańskie 400 g ( <u>SEL</u> ), .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g ( <u>SEL</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> ), margaryna 15 g , pasta z brokułu 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1908.81 kcal; Białko ogółem: 41.54 g; Tłuszcz: 55.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.91 g; Węglowodany ogółem: 331.95 g; suma cukrów prostych: 70.03 g; Błonnik pokarmowy: 45.94 g; Sól: 5.84 g; WW: 28.8 Por; Cholesterol: 1 mg;

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , dżem owocowy 50 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.ziemniaczana z konc.pomid. 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), ziemniaki 200 g , .schab duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , seler gotowany 150 g ( <u>SEL</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> ), parówka 2szt 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2592.58 kcal; Białko ogółem: 106.35 g; Tłuszcz: 80.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.37 g; Węglowodany ogółem: 363.18 g; suma cukrów prostych: 96.89 g; Błonnik pokarmowy: 29.99 g; Sól: 13.32 g; WW: 33.63 Por; Cholesterol: 253.73 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ),	.ogórkowa 400 g ( <u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .schab duszony 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , seler gotowany 150 g ( <u>SEL</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> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml , chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2721.07 kcal; Białko ogółem: 116.76 g; Tłuszcz: 107.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.5 g; Węglowodany ogółem: 347.84 g; suma cukrów prostych: 59.42 g; Błonnik pokarmowy: 55.57 g; Sól: 16.23 g; WW: 29.48 Por; Cholesterol: 323.98 mg;

niedziela 2024-04-07			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb mieszany psz-żył. 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , dżem owocowy 50 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.ziemniaczana z konc.pomid. 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .schab duszony 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .schab duszony 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , seler gotowany 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz-żyt. 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa biała 120 g , ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2860.23 kcal; Białko ogółem: 134.85 g; Tłuszcz: 99.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.89 g; Węglowodany ogółem: 366.75 g; suma cukrów prostych: 98.97 g; Błonnik pokarmowy: 42.12 g; Sól: 11.91 g; WW: 32.77 Por; Cholesterol: 238.63 mg;