

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Koszty ogólne Zarządu-Prac. Gosp. i Magazyny w Policach		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2024-04-10</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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g , .kotlec mielony wieprzowy 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .buraczki zasmażane 150 g , .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 , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2096.08 kcal; Białko ogółem: 83.04 g; Tłuszcz: 80.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.58 g; Węglowodany ogółem: 267.87 g; suma cukrów prostych: 42.89 g; Błonnik pokarmowy: 35.46 g; Sól: 4.85 g; WW: 23.43 Por; Cholesterol: 255.26 mg;

<b>środa 2024-04-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g , .kotlec mielony wieprzowy 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .buraczki zasmażane 150 g , .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 , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka wykwinna 150 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2669.88 kcal; Białko ogółem: 103.66 g; Tłuszcz: 97.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.57 g; Węglowodany ogółem: 365.2 g; suma cukrów prostych: 58.66 g; Błonnik pokarmowy: 42.21 g; Sól: 6.09 g; WW: 32.52 Por; Cholesterol: 311.26 mg;

<b>środa 2024-04-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>		
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g , .pulpet drobiowy w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), .buraczki zasmażane 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2062.59 kcal; Białko ogółem: 93.75 g; Tłuszcz: 79.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.58 g; Węglowodany ogółem: 249 g; suma cukrów prostych: 45.2 g; Błonnik pokarmowy: 32.18 g; Sól: 4.81 g; WW: 21.86 Por; Cholesterol: 309.71 mg;

<b>środa 2024-04-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g , .kotlec mielony wieprzowy 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .buraczki zasmażane 150 g , .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 , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> drożdżówka 1 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2541.08 kcal; Białko ogółem: 106.79 g; Tłuszcz: 91.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.18 g; Węglowodany ogółem: 341.72 g; suma cukrów prostych: 80.69 g; Błonnik pokarmowy: 37.81 g; Sól: 5.25 g; WW: 30.53 Por; Cholesterol: 311.26 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), 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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, dżem owocowy 50 g,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g, kotlet mielony wieprzowy 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), buraczki zasmażane 150 g, 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, Herbata czarna z/c 400 ml, jabłko gotowane 150 g,			
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2665.08 kcal; Białko ogółem: 115.89 g; Tłuszcz: 91.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.13 g; Węglowodany ogółem: 350.18 g; suma cukrów prostych: 109.81 g; Błonnik pokarmowy: 44.66 g; Sól: 5.27 g; WW: 30.72 Por; Cholesterol: 296.26 mg;

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g, kotlet mielony wieprzowy 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), buraczki zasmażane 150 g, 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, papryka świeża 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
II Śniadanie: drożdżówka 1 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), mandarynka 100 g,		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2568.5 kcal; Białko ogółem: 107.16 g; Tłuszcz: 91.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.19 g; Węglowodany ogółem: 348.55 g; suma cukrów prostych: 86.3 g; Błonnik pokarmowy: 38.97 g; Sól: 5.25 g; WW: 31.1 Por; Cholesterol: 311.26 mg;

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	.koperkowa z ziemniakami 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g, pulpet drobiowy w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), buraczki zasmażane 150 g, sos do obiadu 100 g, 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> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), banan 200 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2234.84 kcal; Białko ogółem: 106.91 g; Tłuszcz: 74.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.67 g; Węglowodany ogółem: 284.54 g; suma cukrów prostych: 78.68 g; Błonnik pokarmowy: 21.97 g; Sól: 7.87 g; WW: 26.55 Por; Cholesterol: 278.86 mg;

środa 2024-04-10			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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	.koperkowa z ziemniakami 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g, pulpet drobiowy w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), buraczki zasmażane 150 g, sos do obiadu 100 g, 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> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
II Śniadanie: banan 200 g,		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2375.84 kcal; Białko ogółem: 117.86 g; Tłuszcz: 77.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.09 g; Węglowodany ogółem: 310.79 g; suma cukrów prostych: 104.48 g; Błonnik pokarmowy: 22.12 g; Sól: 8.01 g; WW: 29.12 Por; Cholesterol: 299.86 mg;

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g, pulpet drobiowy w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g, kalafior gotowany 150 g, kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, papryka świeża 100 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> ), ogórek świeży 100 g,	Podwieczorek: sałatka wykwinna 150 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2191.88 kcal; Białko ogółem: 109.36 g; Tłuszcz: 66.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.8 g; Węglowodany ogółem: 309.78 g; suma cukrów prostych: 28.72 g; Błonnik pokarmowy: 44.28 g; Sól: 5.64 g; WW: 26.76 Por; Cholesterol: 223.13 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-04-10			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> ), twaróg krajanka 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g , pulpet drobiowy w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , kalafior gotowany 150 g , kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: ogórek świeży 100 g ,		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1906.48 kcal; Białko ogółem: 115.41 g; Tłuszcz: 62.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.85 g; Węglowodany ogółem: 227.97 g; suma cukrów prostych: 23.3 g; Błonnik pokarmowy: 32.8 g; Sól: 4.51 g; WW: 19.81 Por; Cholesterol: 716.88 mg;

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g , pulpet drobiowy w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , kalafior gotowany 150 g , kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , papryka świeża 100 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> ), ogórek świeży 100 g , serek do smarowania 40 g ( <u>MLE</u> , ), sok owocowy 200ml 200 g , mandarynka 100 g ,		Posiłek nocny: wędlina 30g 30 g , chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2299.25 kcal; Białko ogółem: 115.34 g; Tłuszcz: 69.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.11 g; Węglowodany ogółem: 311.04 g; suma cukrów prostych: 51.03 g; Błonnik pokarmowy: 36 g; Sól: 5.5 g; WW: 27.71 Por; Cholesterol: 255.93 mg;

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g , pulpet drobiowy w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , kalafior gotowany 150 g , kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , papryka świeża 100 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> ), ogórek świeży 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2061.43 kcal; Białko ogółem: 104.37 g; Tłuszcz: 64.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.46 g; Węglowodany ogółem: 277.17 g; suma cukrów prostych: 26.62 g; Błonnik pokarmowy: 40.8 g; Sól: 5.25 g; WW: 23.86 Por; Cholesterol: 211.93 mg;

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g , pulpet drobiowy w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , kalafior gotowany 150 g , 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 , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: wędlina 30g 30 g , chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g ,		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2410.24 kcal; Białko ogółem: 122.18 g; Tłuszcz: 76.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.5 g; Węglowodany ogółem: 319.21 g; suma cukrów prostych: 39.26 g; Błonnik pokarmowy: 40.81 g; Sól: 5.28 g; WW: 28.07 Por; Cholesterol: 250.91 mg;

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 50 g , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,	.koperkowa z ziemniakami 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ziemniaki 200 g , .pulpet drobiowy w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , buraczki zasmażane 150 g , kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1936.99 kcal; Białko ogółem: 104.46 g; Tłuszcz: 54.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.09 g; Węglowodany ogółem: 254.73 g; suma cukrów prostych: 14.38 g; Błonnik pokarmowy: 18.49 g; Sól: 7.67 g; WW: 23.82 Por; Cholesterol: 110.58 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , chleb PKU 120g 120 g , twaróg krajanka 50 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ),	.koperkowa z ziemniakami 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , sos do obiadu 100 g , buraczki zasmażane 150 g , kompot z porzeczek czarnych 250 ml , Gołąbki jarskie bez zawijania 120 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ),	chleb PKU 120g 120 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2111.46 kcal; Białko ogółem: 49.62 g; Tłuszcz: 79.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.17 g; Węglowodany ogółem: 302.95 g; suma cukrów prostych: 25.94 g; Błonnik pokarmowy: 21.57 g; Sól: 6.43 g; WW: 28.31 Por; Cholesterol: 218.59 mg;

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 250 ml ,	.koperkowa z ziemniakami 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , pulpet drobiowy w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , buraczki zasmażane 150 g , kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 250 ml ,			
II Śniadanie: miód 2 szt. 50 g , chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ),		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2047.54 kcal; Białko ogółem: 98.71 g; Tłuszcz: 49.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.8 g; Węglowodany ogółem: 301.84 g; suma cukrów prostych: 26.33 g; Błonnik pokarmowy: 18.35 g; Sól: 7.59 g; WW: 28.65 Por; Cholesterol: 110.58 mg;

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 250 ml , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ),	.koperkowa z ziemniakami 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , pulpet drobiowy w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , buraczki zasmażane 150 g , kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 250 ml , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2149.73 kcal; Białko ogółem: 111.86 g; Tłuszcz: 78.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.38 g; Węglowodany ogółem: 269.84 g; suma cukrów prostych: 29.67 g; Błonnik pokarmowy: 23.33 g; Sól: 7.98 g; WW: 25 Por; Cholesterol: 223.96 mg;

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g , pulpet drobiowy w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), buraczki zasmażane 150 g , kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	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 , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany straciatella 200 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sałatka wykwintna 150 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2739.38 kcal; Białko ogółem: 131.97 g; Tłuszcz: 97.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.62 g; Węglowodany ogółem: 352 g; suma cukrów prostych: 59.74 g; Błonnik pokarmowy: 39.55 g; Sól: 5.81 g; WW: 31.53 Por; Cholesterol: 370.11 mg;

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	płynna - obiad 600 ml ,	płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2237.18 kcal; Białko ogółem: 126.88 g; Tłuszcz: 139.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.75 g; Węglowodany ogółem: 137.01 g; suma cukrów prostych: 4.15 g; Błonnik pokarmowy: 4.98 g; Sól: 1.61 g; WW: 13.38 Por; Cholesterol: 1040.36 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-04-10		
Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	papkowata - obiad 650 ml ,	papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2285.7 kcal; Białko ogółem: 128.05 g; Tłuszcz: 139.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.76 g; Węglowodany ogółem: 148.26 g; suma cukrów prostych: 4.7 g; Błonnik pokarmowy: 5.9 g; Sól: 1.62 g; WW: 14.43 Por; Cholesterol: 1040.36 mg;

środa 2024-04-10		
Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
chleb pszenney krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 250 ml , kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	.koperkowa z ziemniakami 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .pulpet drobiowy w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , .buraczki zasmażane 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenney krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 250 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ),
		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2507.91 kcal; Białko ogółem: 127.66 g; Tłuszcz: 98.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.64 g; Węglowodany ogółem: 294.47 g; suma cukrów prostych: 41.32 g; Błonnik pokarmowy: 18.35 g; Sól: 8.92 g; WW: 27.96 Por; Cholesterol: 850.17 mg;

środa 2024-04-10		
Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
chleb pszenney krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ),	.koperkowa z ziemniakami 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .pulpet drobiowy w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , .buraczki zasmażane 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenney krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: chleb pszenney krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2570.81 kcal; Białko ogółem: 130.18 g; Tłuszcz: 107.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.87 g; Węglowodany ogółem: 287.75 g; suma cukrów prostych: 19.29 g; Błonnik pokarmowy: 19.01 g; Sól: 8.98 g; WW: 27.24 Por; Cholesterol: 842.57 mg;

środa 2024-04-10		
Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .pulpet drobiowy w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , kalafior gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenney krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g ,		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1730.87 kcal; Białko ogółem: 98.82 g; Tłuszcz: 45.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.2 g; Węglowodany ogółem: 235.3 g; suma cukrów prostych: 24.73 g; Błonnik pokarmowy: 27.12 g; Sól: 3.8 g; WW: 21.03 Por; Cholesterol: 160.13 mg;

środa 2024-04-10		
Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , pomidor 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .pulpet drobiowy w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , kalafior gotowany 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenney krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , papryka świeża 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> ), ogórek świeży 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2114.16 kcal; Białko ogółem: 107.06 g; Tłuszcz: 64.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.52 g; Węglowodany ogółem: 285.64 g; suma cukrów prostych: 26.33 g; Błonnik pokarmowy: 35.72 g; Sól: 5.11 g; WW: 25.25 Por; Cholesterol: 210.73 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 250 ml , margaryna 15 g , miód 25 g ,	.koperkowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .buraczki zasmażane b/glut,b/ml 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ),	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g , wloszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 250 ml , margaryna 15 g ,			
		Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 Por , chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2064.92 kcal; Białko ogółem: 100.39 g; Tłuszcz: 69.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.93 g; Węglowodany ogółem: 268.26 g; suma cukrów prostych: 24.57 g; Błonnik pokarmowy: 19.89 g; Sól: 7.41 g; WW: 25.04 Por; Cholesterol: 251.46 mg;

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ),	.koperkowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , .kottlet mielony wieprzowy 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .buraczki zasmażane b/glut,b/ml 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2023.42 kcal; Białko ogółem: 73.55 g; Tłuszcz: 74.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.2 g; Węglowodany ogółem: 280.39 g; suma cukrów prostych: 53.61 g; Błonnik pokarmowy: 38.38 g; Sól: 10.42 g; WW: 24.55 Por; Cholesterol: 614.18 mg;

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: Atopowa		
wafle ryżowe 50 g , margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g ( <u>GLU</u> ), woda n/gaz 0,5L 1 szt , surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , kasza jaglana na wodzie 200 ml , sos do obiadu 100 g ,	wafle ryżowe 50 g , margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 Por , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,			
II Śniadanie: gruszka 300 g ,		Posiłek nocny: kasza jaglana na wodzie 200 ml , Mus z jabłek b/c 150 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2343.23 kcal; Białko ogółem: 71.8 g; Tłuszcz: 95.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.51 g; Węglowodany ogółem: 311.2 g; suma cukrów prostych: 63.74 g; Błonnik pokarmowy: 42.37 g; Sól: 1.68 g; WW: 27 Por; Cholesterol: 148.47 mg;

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , dżem owocowy 50 g ,	.koperkowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), .buraczki zasmażane b/glut,b/ml 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ),			
		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2044.14 kcal; Białko ogółem: 102.49 g; Tłuszcz: 98.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.2 g; Węglowodany ogółem: 188.51 g; suma cukrów prostych: 53.48 g; Błonnik pokarmowy: 10.51 g; Sól: 5.25 g; WW: 17.88 Por; Cholesterol: 424.54 mg;

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , dżem owocowy 50 g , margaryna 15 g ,	.koperkowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), .buraczki zasmażane b/ml, b/glut 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ),	wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g ,			
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 15 g , ogórek kiszony 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1956.56 kcal; Białko ogółem: 83.54 g; Tłuszcz: 96.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.79 g; Węglowodany ogółem: 199.82 g; suma cukrów prostych: 51.6 g; Błonnik pokarmowy: 11.01 g; Sól: 6.22 g; WW: 18.94 Por; Cholesterol: 251.46 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,	.koperkowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), .buraczki zasmażane b/glut,b/ml 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ),	
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2158.18 kcal; Białko ogółem: 113.21 g; Tłuszcz: 116.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.77 g; Węglowodany ogółem: 165.35 g; suma cukrów prostych: 19.17 g; Błonnik pokarmowy: 10.2 g; Sól: 5.9 g; WW: 15.59 Por; Cholesterol: 470.64 mg;

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML
pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),	.koperkowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), .buraczki zasmażane b/glut,b/ml 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g ,	wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , margaryna 15 g , chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),	
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , sałata zielona 8g 8 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , ogórek kiszony 100 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2052.59 kcal; Białko ogółem: 85.24 g; Tłuszcz: 92.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.33 g; Węglowodany ogółem: 240.76 g; suma cukrów prostych: 28.08 g; Błonnik pokarmowy: 37.9 g; Sól: 10.67 g; WW: 20.55 Por; Cholesterol: 684.68 mg;

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML
pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ),	.koperkowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), .buraczki zasmażane b/ml, b/glut 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ),	wędlina 50 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g ,	
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 15 g , ogórek kiszony 100 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2113.27 kcal; Białko ogółem: 105.62 g; Tłuszcz: 112.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.56 g; Węglowodany ogółem: 182.99 g; suma cukrów prostych: 29.73 g; Błonnik pokarmowy: 14.21 g; Sól: 9.08 g; WW: 17.07 Por; Cholesterol: 807.01 mg;

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: Dna moczanowa
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g , .buraczki zasmażane 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , Kotletry sojowe 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ),	serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), 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> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	
		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2126.5 kcal; Białko ogółem: 100.23 g; Tłuszcz: 75.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.46 g; Węglowodany ogółem: 265.7 g; suma cukrów prostych: 42.24 g; Błonnik pokarmowy: 34.55 g; Sól: 5.2 g; WW: 23.36 Por; Cholesterol: 753.18 mg;

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2
chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</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. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: kakao 30 g ( <u>GLU</u> ), zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2088.34 kcal; Białko ogółem: 71.63 g; Tłuszcz: 51.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.12 g; Węglowodany ogółem: 257.51 g; suma cukrów prostych: 39.93 g; Błonnik pokarmowy: 32.85 g; Sól: 4.19 g; WW: 22.66 Por; Cholesterol: 208.2 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-04-10			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 8g, Herbata czarna b/c 250 ml,	
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 100 g, sałata zielona 8g 8g,				Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c 200 ml, kakao 30 g ( <u>GLU</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2029 kcal; Białko ogółem: 93.51 g; Tłuszcz: 64.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.41 g; Węglowodany ogółem: 274.08 g; suma cukrów prostych: 51.11 g; Błonnik pokarmowy: 32.64 g; Sól: 4.8 g; WW: 24.47 Por; Cholesterol: 743.55 mg;

środa 2024-04-10			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.: 1366.32 kcal; Białko ogółem: 39.21 g; Tłuszcz: 20.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.1 g; Węglowodany ogółem: 259.77 g; suma cukrów prostych: 10.42 g; Błonnik pokarmowy: 18.15 g; Sól: .8 g; WW: 24.24 Por; Cholesterol: 0 mg;

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
kasza kukurydziana na mleku ots 400 g ( <u>MLE</u> ), chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), majonez 30 g ( <u>JAJ</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		kalafiorowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Sos boloński ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), fasolka szparagowa z bułką tartą ots 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml,		chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, sok wielowarzywny 300 ml 1 szt ( <u>SEL</u> ), galaretko o smaku truskawkowym ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>OZI</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),	
				Posiłek nocny: ciasto drożdżowe 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: OZI</u> , <u>ORZ</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3241.97 kcal; Białko ogółem: 145.53 g; Tłuszcz: 143.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 49.35 g; Węglowodany ogółem: 351.82 g; suma cukrów prostych: 59.27 g; Błonnik pokarmowy: 30.97 g; Sól: 8.6 g; WW: 32.35 Por; Cholesterol: 1374.35 mg;

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
kasza kukurydziana na mleku ots 400 g ( <u>MLE</u> ), chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, majonez saszetka 30 g ( <u>JAJ</u> ),		kalafiorowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos boloński ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), fasolka szparagowa z bułką tartą ots 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml,		chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, sok wielowarzywny 300 ml 1 szt ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),	
				Posiłek nocny: serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3051.57 kcal; Białko ogółem: 154.57 g; Tłuszcz: 149.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 57.3 g; Węglowodany ogółem: 292.42 g; suma cukrów prostych: 54.37 g; Błonnik pokarmowy: 29.5 g; Sól: 8.73 g; WW: 26.63 Por; Cholesterol: 1398.35 mg;

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: Ściśła 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;



## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

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

środa 2024-04-10			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;

środa 2024-04-10			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.: 1304.4 kcal; Białko ogółem: 41.92 g; Tłuszcz: 19.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.27 g; Węglowodany ogółem: 241.88 g; suma cukrów prostych: 5.62 g; Błonnik pokarmowy: 12.87 g; Sól: 1.1 g; WW: 22.97 Por; Cholesterol: 69.05 mg;

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	Kisiel z jagód b/c 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym 300 ml ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 966.51 kcal; Białko ogółem: 60.48 g; Tłuszcz: 35.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 114 g; suma cukrów prostych: 50.66 g; Błonnik pokarmowy: 5.67 g; Sól: 2.18 g; WW: 10.81 Por; Cholesterol: 155.71 mg;

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem 400 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,	grysikowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), kakao 30 g ( <u>GLU</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2012.52 kcal; Białko ogółem: 73.26 g; Tłuszcz: 51.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.28 g; Węglowodany ogółem: 233.82 g; suma cukrów prostych: 44.81 g; Błonnik pokarmowy: 34.93 g; Sól: 2.94 g; WW: 20.06 Por; Cholesterol: 209.39 mg;

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
wafle ryżowe 50 g , margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	ziemniaki gotowane 200 g , woda n/gaz 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 Por ( <u>GLU</u> ), brokuł gotowany 100 g ,	wafle ryżowe 50 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,			
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1864.86 kcal; Białko ogółem: 60.08 g; Tłuszcz: 71.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.44 g; Węglowodany ogółem: 252.42 g; suma cukrów prostych: 19.35 g; Błonnik pokarmowy: 15.32 g; Sól: 1.45 g; WW: 23.98 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-04-10 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 250 ml, chleb mieszany psz-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 selera) 200 g ( <u>GLU</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g, woda n/gaz 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.: 2020.94 kcal; Białko ogółem: 79.36 g; Tłuszcz: 67.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.25 g; Węglowodany ogółem: 291.28 g; suma cukrów prostych: 82.22 g; Błonnik pokarmowy: 51.46 g; Sól: 4.58 g; WW: 24.24 Por; Cholesterol: 710.25 mg;

środa 2024-04-10 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki 200 g, .kottlet mielony wieprzowy 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), .buraczki zasmażane 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml, .kottlet mielony wieprzowy 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 982.57 kcal; Białko ogółem: 39.33 g; Tłuszcz: 52.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.67 g; Węglowodany ogółem: 92.74 g; suma cukrów prostych: 13.79 g; Błonnik pokarmowy: 10.41 g; Sól: .95 g; WW: 8.29 Por; Cholesterol: 138.81 mg;

środa 2024-04-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ),	.koperkowa z ziemniakami 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g, .pulpet drobiowy w sosie 85 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), .buraczki zasmażane 150 g, .sos do obiadu 100 g, .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> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: banan 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2234.84 kcal; Białko ogółem: 106.91 g; Tłuszcz: 74.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.67 g; Węglowodany ogółem: 284.54 g; suma cukrów prostych: 78.68 g; Błonnik pokarmowy: 21.97 g; Sól: 7.87 g; WW: 26.55 Por; Cholesterol: 278.86 mg;

środa 2024-04-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej		
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki 200 g, .pulpet drobiowy w sosie 85 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), .buraczki zasmażane 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml, .sos do obiadu 100 g,	masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ),
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g,		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2062.59 kcal; Białko ogółem: 93.75 g; Tłuszcz: 79.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.58 g; Węglowodany ogółem: 249 g; suma cukrów prostych: 45.2 g; Błonnik pokarmowy: 32.18 g; Sól: 4.81 g; WW: 21.86 Por; Cholesterol: 309.71 mg;

środa 2024-04-10 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki 200 g, .buraczki zasmażane 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml, Kottlety sojowe 100 g ( <u>GLU, SOJ, MLE</u> ),	serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), 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> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2126.5 kcal; Białko ogółem: 100.23 g; Tłuszcz: 75.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.46 g; Węglowodany ogółem: 265.7 g; suma cukrów prostych: 42.24 g; Błonnik pokarmowy: 34.55 g; Sól: 5.2 g; WW: 23.36 Por; Cholesterol: 753.18 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ), margaryna 15 g ,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g , .buraczki zasmażane 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , Kotlety sojowe b/ml 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ),	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , margaryna 15 g ,			
		Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2177.37 kcal; Białko ogółem: 68.73 g; Tłuszcz: 71.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.17 g; Węglowodany ogółem: 324.04 g; suma cukrów prostych: 72.72 g; Błonnik pokarmowy: 38.91 g; Sól: 6.44 g; WW: 28.73 Por; Cholesterol: 24.55 mg;

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),	.koperkowa z ziemniakami 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .pulpet drobiowy w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), .buraczki zasmażane 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , .jabłko gotowane 150 g , chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),			
II Śniadanie: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2486.98 kcal; Białko ogółem: 122.11 g; Tłuszcz: 80.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.89 g; Węglowodany ogółem: 318.56 g; suma cukrów prostych: 103.23 g; Błonnik pokarmowy: 26.7 g; Sól: 8.01 g; WW: 29.41 Por; Cholesterol: 299.86 mg;

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , kalafior gotowany 150 g , .pulpet drobiowy w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), .pulpet drobiowy w sosie 85 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),	masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 250 ml , chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ),			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Podwieczorek: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skł. gotowana 50 g ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2838.91 kcal; Białko ogółem: 164.77 g; Tłuszcz: 112.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 52.3 g; Węglowodany ogółem: 314.24 g; suma cukrów prostych: 39.82 g; Błonnik pokarmowy: 44.38 g; Sól: 7.47 g; WW: 27.25 Por; Cholesterol: 492.69 mg;

środa 2024-04-10			Jadłospis dla diety: specjalna bezmleczna i bez jaj		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 250 ml , margaryna 15 g , miód 25 g ,	.koperkowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , Pulpet drobiowy (bez jaj) 90 g ( <u>GLU</u> ), sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .buraczki zasmażane b/glut, b/ml 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 250 ml , margaryna 15 g ,			
		Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 Por , chrupki kukurydziane 50 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1886.67 kcal; Białko ogółem: 76.1 g; Tłuszcz: 57.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.28 g; Węglowodany ogółem: 276.79 g; suma cukrów prostych: 24.71 g; Błonnik pokarmowy: 20.17 g; Sól: 7.05 g; WW: 25.86 Por; Cholesterol: 75.6 mg;