

Jadłospisy dla oddziałów

USK 1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-04-16		
Jadłospis dla diety: Podstawowa		
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>), Pasta z jaj z majonezem 100 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), .ziemniaki 200 g , .karkówka pieczona 80 g , kapusta biała zasmażana 150 g (<u>GLU</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	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>), 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 , pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: gruszka 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2544.37 kcal; Białko ogółem: 91.94 g; Tłuszcz: 121 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.26 g; Węglowodany ogółem: 289.36 g; suma cukrów prostych: 44.24 g; Błonnik pokarmowy: 35.74 g; Sól: 5.95 g; WW: 25.73 Por; Cholesterol: 856.81 mg;

wtorek 2024-04-16		
Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
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>), .twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 100 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , zacierka na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), .ziemniaki 200 g , .karkówka pieczona 80 g , kapusta biała zasmażana 150 g (<u>GLU</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	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>), 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 , pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: gruszka 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2548.44 kcal; Białko ogółem: 94.67 g; Tłuszcz: 102.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36 g; Węglowodany ogółem: 329.51 g; suma cukrów prostych: 58.44 g; Błonnik pokarmowy: 37.23 g; Sól: 5.54 g; WW: 29.54 Por; Cholesterol: 229.27 mg;

wtorek 2024-04-16		
Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), .twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 100 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), .ziemniaki 200 g , .karkówka pieczona 80 g , kapusta biała zasmażana 150 g (<u>GLU</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	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 , pomidor 100 g , chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>),
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), miód 25 g ,		Posiłek nocny: gruszka 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2358.39 kcal; Białko ogółem: 81.59 g; Tłuszcz: 99.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.53 g; Węglowodany ogółem: 300.65 g; suma cukrów prostych: 49.75 g; Błonnik pokarmowy: 35.86 g; Sól: 5.61 g; WW: 26.74 Por; Cholesterol: 223.57 mg;

wtorek 2024-04-16		
Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)		
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>), .twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 100 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), .ziemniaki 200 g , .karkówka pieczona 80 g , kapusta biała zasmażana 150 g (<u>GLU</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	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>), 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 , pomidor 100 g ,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g , biszkopty 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>),		Posiłek nocny: gruszka 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2559.09 kcal; Białko ogółem: 86.87 g; Tłuszcz: 99.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.7 g; Węglowodany ogółem: 347.22 g; suma cukrów prostych: 85.01 g; Błonnik pokarmowy: 36.86 g; Sól: 5.34 g; WW: 31.27 Por; Cholesterol: 278.27 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-16			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>), .twaróg krajanka z mlekiem 100 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna z/c 400 ml , zacierka na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), .ziemniaki 200 g , .karkówka pieczona 80 g , kapusta biała zasmażana 150 g (<u>GLU</u>), .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>), 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 , dynia gotowana 100 g ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), miód 25 g ,		Posiłek nocny: .jabłko gotowane 150 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2769.63 kcal; Białko ogółem: 97.9 g; Tłuszcz: 110.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.14 g; Węglowodany ogółem: 361.18 g; suma cukrów prostych: 65.57 g; Błonnik pokarmowy: 45.57 g; Sól: 6 g; WW: 31.95 Por; Cholesterol: 241.67 mg;

wtorek 2024-04-16			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>), .twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 100 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), .ziemniaki 200 g , .karkówka pieczona 80 g , kapusta biała zasmażana 150 g (<u>GLU</u>), .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>), Herbata czarna z/c 400 ml , pomidor 100 g , serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>),			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g , biszkopty 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>),		Posiłek nocny: gruszka 150 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2454.92 kcal; Białko ogółem: 92.91 g; Tłuszcz: 88.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.74 g; Węglowodany ogółem: 338.26 g; suma cukrów prostych: 86.59 g; Błonnik pokarmowy: 36.76 g; Sól: 4.81 g; WW: 30.38 Por; Cholesterol: 306.22 mg;

wtorek 2024-04-16			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
zacierka na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), .twaróg krajanka z mlekiem 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , cukinia gotowana 150 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>), 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 , pomidor 100 g ,			
		Posiłek nocny: jabłko 150 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2196.62 kcal; Białko ogółem: 95.64 g; Tłuszcz: 76.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.91 g; Węglowodany ogółem: 286.67 g; suma cukrów prostych: 57.8 g; Błonnik pokarmowy: 25.72 g; Sól: 9.15 g; WW: 26.42 Por; Cholesterol: 241.81 mg;

wtorek 2024-04-16			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
zacierka na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), .twaróg krajanka z mlekiem 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , cukinia gotowana 150 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>), 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 , pomidor 100 g ,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g , biszkopty 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>),		Posiłek nocny: jabłko 150 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2456.12 kcal; Białko ogółem: 100.29 g; Tłuszcz: 79.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.59 g; Węglowodany ogółem: 342.02 g; suma cukrów prostych: 97.7 g; Błonnik pokarmowy: 26.52 g; Sól: 9.23 g; WW: 31.82 Por; Cholesterol: 310.81 mg;

wtorek 2024-04-16			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 z rzodkiewką i szczypiorem 100 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż brązowy na sypko 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos do obiadu 100 g , cukinia gotowana 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 , ogórek kiszony 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>), pomidor 100 g ,	Podwieczorek: 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>), Paszтет z fasoli 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GLU</u> , <u>ORZ</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u>), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2268.27 kcal; Białko ogółem: 106.44 g; Tłuszcz: 74.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.76 g; Węglowodany ogółem: 314.06 g; suma cukrów prostych: 30.67 g; Błonnik pokarmowy: 45.29 g; Sól: 11.54 g; WW: 27.01 Por; Cholesterol: 243.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-16			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 z rzodkiewką i szczypiorem 100 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), Ryż brązowy na sypko 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos do obiadu 100 g , cukinia gotowana 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 , Herbata czarna b/c 250 ml , ogórek świeży 100 g ,			
II Śniadanie: pomidor 100 g ,		Posiłek nocny: Pasztet z fasoli 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, ORZ, GOR, SEZ</u>), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1792.93 kcal; Białko ogółem: 92.21 g; Tłuszcz: 53.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.72 g; Węglowodany ogółem: 253.42 g; suma cukrów prostych: 21.83 g; Błonnik pokarmowy: 37.05 g; Sól: 8.27 g; WW: 21.83 Por; Cholesterol: 181.33 mg;

wtorek 2024-04-16			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 z rzodkiewką i szczypiorem 100 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), Ryż brązowy na sypko 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos do obiadu 100 g , cukinia gotowana 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 , ogórek kiszony 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>), pomidor 100 g , jajo gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), gruszka 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasztet z fasoli 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, ORZ, GOR, SEZ</u>), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2426.54 kcal; Białko ogółem: 110.56 g; Tłuszcz: 79.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.35 g; Węglowodany ogółem: 339.5 g; suma cukrów prostych: 54.15 g; Błonnik pokarmowy: 47.51 g; Sól: 11.58 g; WW: 29.33 Por; Cholesterol: 509.71 mg;

wtorek 2024-04-16			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 z rzodkiewką i szczypiorem 100 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), Ryż brązowy na sypko 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos do obiadu 100 g , cukinia gotowana 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 , ogórek kiszony 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>), pomidor 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasztet z fasoli 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, ORZ, GOR, SEZ</u>), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2178.27 kcal; Białko ogółem: 99.99 g; Tłuszcz: 71.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.97 g; Węglowodany ogółem: 304.76 g; suma cukrów prostych: 24.37 g; Błonnik pokarmowy: 45.29 g; Sól: 11.3 g; WW: 26.11 Por; Cholesterol: 231.93 mg;

wtorek 2024-04-16			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), .twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 100 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , zacierka na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), Ryż brązowy na sypko 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos do obiadu 100 g , cukinia gotowana 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 , ogórek kiszony 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>), pomidor 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasztet z fasoli 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, ORZ, GOR, SEZ</u>), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2509.47 kcal; Białko ogółem: 118.69 g; Tłuszcz: 80.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.74 g; Węglowodany ogółem: 349.46 g; suma cukrów prostych: 42.92 g; Błonnik pokarmowy: 45.29 g; Sól: 11.82 g; WW: 30.57 Por; Cholesterol: 263.93 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-16			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka z mlekiem 100 g (<u>MLE</u>), szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , cukinia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2024.28 kcal; Białko ogółem: 121.53 g; Tłuszcz: 52.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.06 g; Węglowodany ogółem: 277.2 g; suma cukrów prostych: 28.33 g; Błonnik pokarmowy: 22.65 g; Sól: 10.15 g; WW: 25.71 Por; Cholesterol: 196.28 mg;

wtorek 2024-04-16			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka z mlekiem 100 g (<u>MLE</u>), szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , cukinia gotowana 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 , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), miód 2 szt. 50 g ,		Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2103.03 kcal; Białko ogółem: 90.98 g; Tłuszcz: 46.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.05 g; Węglowodany ogółem: 338.11 g; suma cukrów prostych: 70.27 g; Błonnik pokarmowy: 29.98 g; Sól: 8.39 g; WW: 31.17 Por; Cholesterol: 126.28 mg;

wtorek 2024-04-16			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka z mlekiem 100 g (<u>MLE</u>), szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , cukinia gotowana 150 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 , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2073.81 kcal; Białko ogółem: 86.83 g; Tłuszcz: 56.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.2 g; Węglowodany ogółem: 311.06 g; suma cukrów prostych: 70.1 g; Błonnik pokarmowy: 28.63 g; Sól: 7.82 g; WW: 28.59 Por; Cholesterol: 159.36 mg;

wtorek 2024-04-16			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 100 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , zacierka na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki 200 g , .karkówka pieczona 80 g , kapusta biała zasmażana 150 g (<u>GLU</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>), 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 , pomidor 100 g ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: gruszka 150 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2575.57 kcal; Białko ogółem: 99.88 g; Tłuszcz: 101.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.79 g; Węglowodany ogółem: 332.07 g; suma cukrów prostych: 63.66 g; Błonnik pokarmowy: 36.06 g; Sól: 5.78 g; WW: 29.83 Por; Cholesterol: 241.27 mg;

wtorek 2024-04-16			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

wtorek 2024-04-16		
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.: 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;

wtorek 2024-04-16		
Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), .twaróg krajanka z mlekiem 100 g (<u>MLE</u>), szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , zacierka na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), miód 2 szt. 50 g ,	dyniowa z ziemniakami- dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), .ziemniaki 200 g , sos do obiadu 100 g , cukinia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU, JAJ</u>),	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), .pasta z wędliny drob. 100 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: .jabłko gotowane 150 g ,		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2613.53 kcal; Białko ogółem: 107.71 g; Tłuszcz: 81.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.4 g; Węglowodany ogółem: 368.46 g; suma cukrów prostych: 82.52 g; Błonnik pokarmowy: 29.28 g; Sól: 8.51 g; WW: 34.3 Por; Cholesterol: 230.29 mg;

wtorek 2024-04-16		
Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), .twaróg krajanka z mlekiem 100 g (<u>MLE</u>), szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>),	dyniowa z ziemniakami- dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), .ziemniaki 200 g , sos do obiadu 100 g , cukinia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU, JAJ</u>),	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), .pasta z wędliny drob. 100 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>),
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2327.63 kcal; Białko ogółem: 105.89 g; Tłuszcz: 86.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.54 g; Węglowodany ogółem: 290.64 g; suma cukrów prostych: 33.16 g; Błonnik pokarmowy: 22.62 g; Sól: 10.74 g; WW: 27.13 Por; Cholesterol: 222.29 mg;

wtorek 2024-04-16		
Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), .twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 100 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	dyniowa z ziemniakami- dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), Ryż brązowy na sypko 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos do obiadu 100 g , cukinia gotowana 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 , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: gruszka 150 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1760.94 kcal; Białko ogółem: 91.94 g; Tłuszcz: 47.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.75 g; Węglowodany ogółem: 255.93 g; suma cukrów prostych: 32.22 g; Błonnik pokarmowy: 34.19 g; Sól: 10.06 g; WW: 22.21 Por; Cholesterol: 135 mg;

wtorek 2024-04-16		
Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), .twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 100 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	dyniowa z ziemniakami- dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), Ryż brązowy na sypko 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos do obiadu 100 g , kapusta biała zasmażana 150 g (<u>GLU</u>), .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 , ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Paszlet z fasoli 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, ORZ, GOR, SEZ</u>), sałata zielona 8g 8 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2160.83 kcal; Białko ogółem: 97.46 g; Tłuszcz: 76.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.12 g; Węglowodany ogółem: 291.39 g; suma cukrów prostych: 22.04 g; Błonnik pokarmowy: 42.11 g; Sól: 6.48 g; WW: 25.09 Por; Cholesterol: 206.63 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-16			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g , margaryna 15 g , jabłko gotowane 150 g ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml (<u>SEL</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany w sosie b/glut b/ml 80 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , cukinia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>),			
			Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1843.41 kcal; Białko ogółem: 74.77 g; Tłuszcz: 51.01 g; Kw.ł.nas.ogółem: 4.5 g; Węglowodany ogółem: 278.39 g; suma cukrów prostych: 67.24 g; Błonnik pokarmowy: 25.51 g; Sól: 7.87 g; WW: 25.62 Por; Cholesterol: 348.19 mg;

wtorek 2024-04-16			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml (<u>SEL</u>), .ziemniaki 200 g , .karkówka pieczona 80 g , kapusta biała zasmażana 150 g (<u>GLU</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , pomidor 100 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), margaryna 15 g ,			
			Posiłek nocny: gruszka 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2038.73 kcal; Białko ogółem: 78.72 g; Tłuszcz: 82.87 g; Kw.ł.nas.ogółem: 11.73 g; Węglowodany ogółem: 262.62 g; suma cukrów prostych: 42.79 g; Błonnik pokarmowy: 34.81 g; Sól: 4.41 g; WW: 23.13 Por; Cholesterol: 613.42 mg;

wtorek 2024-04-16			Jadłospis dla diety: Atopowa		
wafle ryżowe 50 g , margaryna sztukowa 15g 2 szt , 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 ,	wafle ryżowe 50 g , margaryna 15 g , Pulpet z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 Por , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,			
II Śniadanie: gruszka 150 g ,			Posiłek nocny: kasza jaglana na wodzie 200 ml , Mus z jabłek b/c 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2037.06 kcal; Białko ogółem: 70.15 g; Tłuszcz: 68.31 g; Kw.ł.nas.ogółem: 8.23 g; Węglowodany ogółem: 293.89 g; suma cukrów prostych: 55.16 g; Błonnik pokarmowy: 40.55 g; Sól: 1.72 g; WW: 25.41 Por; Cholesterol: 148.47 mg;

wtorek 2024-04-16			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), .twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 100 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml (<u>SEL</u>), .ziemniaki 200 g , .karkówka pieczona 80 g , cukinia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g ,	masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , pomidor 100 g , chleb bezglutenowy 120g 120 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>),			
			Posiłek nocny: gruszka 150 g , serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2064.84 kcal; Białko ogółem: 103 g; Tłuszcz: 108.37 g; Kw.ł.nas.ogółem: 38.03 g; Węglowodany ogółem: 187.49 g; suma cukrów prostych: 39.34 g; Błonnik pokarmowy: 9.93 g; Sól: 5.43 g; WW: 18.04 Por; Cholesterol: 751.67 mg;

wtorek 2024-04-16			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml (<u>SEL</u>), .ziemniaki 200 g , .karkówka pieczona 80 g , .karkówka pieczona 80 g , cukinia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g ,	Herbata czarna z/c 400 ml , pomidor 100 g , chleb bezglutenowy 120g 120 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), margaryna 15 g ,			
			Posiłek nocny: gruszka 150 g , Ciastka bezglutenowe 50 g ,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2146.47 kcal; Białko ogółem: 98.26 g; Tłuszcz: 110.28 g; Kw.ł.nas.ogółem: 14.19 g; Węglowodany ogółem: 199.04 g; suma cukrów prostych: 36.05 g; Błonnik pokarmowy: 9.87 g; Sól: 5.35 g; WW: 19.14 Por; Cholesterol: 656.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-16			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
.twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 100 g (<u>MLE</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml (<u>SEL</u>), .ziemniaki 200 g , .karkówka pieczona 80 g , cukinia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g ,	masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , pomidor 100 g , chleb bezglutenowy 120g 120 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>),			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2074.11 kcal; Białko ogółem: 105.01 g; Tłuszcz: 115.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.74 g; Węglowodany ogółem: 171.18 g; suma cukrów prostych: 15.12 g; Błonnik pokarmowy: 8.51 g; Sól: 5.42 g; WW: 16.58 Por; Cholesterol: 764.07 mg;

wtorek 2024-04-16			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , margaryna 15 g , chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>),	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml (<u>SEL</u>), .ziemniaki 200 g , .karkówka pieczona 80 g , kapusta biała zasmażana 150 g (<u>GLU</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , pomidor 100 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), margaryna 15 g , chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>),			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , rzodkiewka 40g 40 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 5g 5 g , ogórek kiszony 100 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2090.9 kcal; Białko ogółem: 80.74 g; Tłuszcz: 98.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 11.6 g; Węglowodany ogółem: 240.29 g; suma cukrów prostych: 22.77 g; Błonnik pokarmowy: 36.09 g; Sól: 6.88 g; WW: 20.72 Por; Cholesterol: 615.62 mg;

wtorek 2024-04-16			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml (<u>SEL</u>), .ziemniaki 200 g , .karkówka pieczona 80 g , cukinia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , pomidor 100 g , chleb bezglutenowy 120g 120 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), margaryna 15 g ,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 15 g , rzodkiewka 40g 40 g ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 15 g , ogórek kiszony 100 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2067.53 kcal; Białko ogółem: 80.67 g; Tłuszcz: 120.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.82 g; Węglowodany ogółem: 176.68 g; suma cukrów prostych: 11.02 g; Błonnik pokarmowy: 8.69 g; Sól: 6.99 g; WW: 17.02 Por; Cholesterol: 612.42 mg;

wtorek 2024-04-16			Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
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>), .twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), .ziemniaki 200 g , kapusta biała zasmażana 150 g (<u>GLU</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g , Kotlety sojowe 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>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , pomidor 100 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>),			
		Posiłek nocny: gruszka 150 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2181.69 kcal; Białko ogółem: 92.23 g; Tłuszcz: 78.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.13 g; Węglowodany ogółem: 290.26 g; suma cukrów prostych: 45.01 g; Błonnik pokarmowy: 35.96 g; Sól: 4.48 g; WW: 25.81 Por; Cholesterol: 657.91 mg;

wtorek 2024-04-16			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 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. 10 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.: 2034.14 kcal; Białko ogółem: 67.45 g; Tłuszcz: 58.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.44 g; Węglowodany ogółem: 230.43 g; suma cukrów prostych: 39.74 g; Błonnik pokarmowy: 31.5 g; Sól: 3.63 g; WW: 20.07 Por; Cholesterol: 233 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-16			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 20 g, 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 20 g,				Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c 200 ml, kakao 30 g (<u>GLU</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2031.88 kcal; Białko ogółem: 93.77 g; Tłuszcz: 64.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.43 g; Węglowodany ogółem: 274.6 g; suma cukrów prostych: 51.29 g; Błonnik pokarmowy: 32.9 g; Sól: 4.8 g; WW: 24.49 Por; Cholesterol: 743.55 mg;

wtorek 2024-04-16			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;

wtorek 2024-04-16			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
serek homo naturalny - ots 150 g (<u>MLE</u>), dżem 2 szt. ots 50 g, jogurt naturalny 1szt. ots 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, płatki jęczmienne na mleku ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki 200 g, karkówka pieczona 80 g, kapusta biała zasmażana 150 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g ots 1 szt (<u>MLE</u>), serek wiejski - ots 200 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. - ots 50 g, bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g (<u>JAJ</u>),	
				Posiłek nocny: ciasto jogurtowe ots 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: OZI</u> , <u>ORZ</u>), sok przecier. warzywno-ow. 300-330ml ots 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2663.22 kcal; Białko ogółem: 128.33 g; Tłuszcz: 104.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.56 g; Węglowodany ogółem: 320.96 g; suma cukrów prostych: 85.53 g; Błonnik pokarmowy: 26.92 g; Sól: 8.31 g; WW: 29.73 Por; Cholesterol: 810.42 mg;

wtorek 2024-04-16			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g ots 1 szt (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 1szt. ots 150 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, wędlina pakow. hermet. 100g ots 1 szt, pomidor b/skóry - ots 100 g, płatki jęczmienne na mleku ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), kapusta biała zasmażana 150 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 100 g, serek wiejski - ots 200 g (<u>MLE</u>), hummus ots 1 szt (<u>SEZ</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>),	
				Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ots 1 szt,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2753.22 kcal; Białko ogółem: 149.37 g; Tłuszcz: 123.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.19 g; Węglowodany ogółem: 271.91 g; suma cukrów prostych: 54.14 g; Błonnik pokarmowy: 32.03 g; Sól: 7.99 g; WW: 24.21 Por; Cholesterol: 774.48 mg;

wtorek 2024-04-16			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;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-16			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;

wtorek 2024-04-16			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;

wtorek 2024-04-16			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;

wtorek 2024-04-16			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;

wtorek 2024-04-16			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. 10 g (<u>MLE</u>), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/ml 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), cukinia gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 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</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), kakao 30 g (<u>GLU</u>), bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g (<u>OZI</u> , <u>ORZ</u>), marchwianka 200 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2265.09 kcal; Białko ogółem: 79.96 g; Tłuszcz: 66.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.16 g; Węglowodany ogółem: 260.4 g; suma cukrów prostych: 26.75 g; Błonnik pokarmowy: 27.74 g; Sól: 7.34 g; WW: 23.39 Por; Cholesterol: 465.79 mg;

wtorek 2024-04-16			Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
wafle ryżowe 50 g , margaryna sztukowa 15g 2 szt , 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 15 g , ogórek świeży 100 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.: 1660.53 kcal; Białko ogółem: 59.81 g; Tłuszcz: 48.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.19 g; Węglowodany ogółem: 251.33 g; suma cukrów prostych: 18.96 g; Błonnik pokarmowy: 15.19 g; Sól: 1.49 g; WW: 23.84 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-16		
Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 20g 20g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50g (<u>JAJ</u>), marchewka gotowana 100g, Herbata czarna z/c 250ml, chleb mieszany psz.-żył. 70g 70g (<u>GLU</u>),	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400g, Kasza jęczmienna na sypko 200g (<u>GLU</u>), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez selera) 200g (<u>GLU</u>), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, woda n/gaz 0,5L 1 szt,	chleb mieszany psz.-żył. 70g 70g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10g (<u>MLE</u>), filet z indyka gotowany 100g, brokuł gotowany 100g, Herbata czarna z/c 250ml,
II Śniadanie: gruszka 150g,		Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150g, kasza manna na mleku 200g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1937.46 kcal; Białko ogółem: 69.27g; Tłuszcz: 67.76g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.37g; Węglowodany ogółem: 278.4g; suma cukrów prostych: 73.7g; Błonnik pokarmowy: 49.64g; Sól: 4.31g; WW: 23.13 Por; Cholesterol: 457.28mg;

wtorek 2024-04-16		
Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	dyniowa z ziemniakami - dieta 400ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki 250g, karkówka pieczona 80g, karkówka pieczona 80g, kapusta biała zasmażana 150g (<u>GLU</u>), kompot z porzeczek czarnych 250ml, sos do obiadu 100g,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 965.02 kcal; Białko ogółem: 42.96g; Tłuszcz: 49.77g; Kw.tł.nas.ogółem: 10.61g; Węglowodany ogółem: 90.14g; suma cukrów prostych: 10.35g; Błonnik pokarmowy: 9.58g; Sól: .64g; WW: 8.19 Por; Cholesterol: 106.53mg;

wtorek 2024-04-16		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
zacierka na mleku 300g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka z mlekiem 100g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna z/c 400ml,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki 200g, filet drobiowy gotowany w sosie 80g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100g, cukinia gotowana 150g, kompot z porzeczek czarnych 250ml,	chleb pszenny krojony 120g 120g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67g (<u>MLE</u>), parówka 2szt 100g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ketchup 20g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400ml, pomidor 100g,
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10g (<u>MLE</u>), miód 25g,		Posiłek nocny: jabłko 150g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2482.92 kcal; Białko ogółem: 99.99g; Tłuszcz: 85.69g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.53g; Węglowodany ogółem: 334.52g; suma cukrów prostych: 59.44g; Błonnik pokarmowy: 27.07g; Sól: 9.73g; WW: 31.13 Por; Cholesterol: 266.61mg;

wtorek 2024-04-16		
Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej		
masło 82% tł. 16,67g 16,67g (<u>MLE</u>), twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 100g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30g, ogórek świeży 100g, Herbata czarna z/c 400ml, chleb razowy 120g 120g (<u>GLU</u>),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki 200g, karkówka pieczona 80g, kapusta biała zasmażana 150g (<u>GLU</u>), kompot z porzeczek czarnych 250ml, sos do obiadu 100g, karkówka pieczona 80g,	masło 82% tł. 16,67g 16,67g (<u>MLE</u>), parówka 2szt 100g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), ketchup 20g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400ml, pomidor 100g, chleb razowy 120g 120g (<u>GLU</u>),
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), miód 25g,		Posiłek nocny: gruszka 150g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2523.41 kcal; Białko ogółem: 95.07g; Tłuszcz: 112.06g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.89g; Węglowodany ogółem: 300.65g; suma cukrów prostych: 49.75g; Błonnik pokarmowy: 35.86g; Sól: 5.71g; WW: 26.74 Por; Cholesterol: 268.03mg;

wtorek 2024-04-16		
Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb razowy 50g 50g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 70g 70g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67g (<u>MLE</u>), twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 100g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100g, Herbata czarna z/c 400ml,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki 200g, kapusta biała zasmażana 150g (<u>GLU</u>), kompot z porzeczek czarnych 250ml, sos do obiadu 100g, Kotlety sojowe 100g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>),	chleb mieszany psz.-żył. 70g 70g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67g (<u>MLE</u>), Herbata czarna z/c 400ml, pomidor 100g, jajko gotowane 2 szt. 100g (<u>JAJ</u>),
		Posiłek nocny: gruszka 150g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2181.69 kcal; Białko ogółem: 92.23g; Tłuszcz: 78.31g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.13g; Węglowodany ogółem: 290.26g; suma cukrów prostych: 45.01g; Błonnik pokarmowy: 35.96g; Sól: 4.48g; WW: 25.81 Por; Cholesterol: 657.91mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-16 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , hummus 130 g (<u>SEZ</u>), margaryna 15 g ,	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki 200 g , kapusta biała zasmażana 150 g (<u>GLU</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g , Kotlety sojowe 100 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>),	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , pomidor 100 g , Paszтет z fasoli 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GLU, ORZ, GOR, SEZ</u>), margaryna 15 g ,
		Posiłek nocny: gruszka 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2323.42 kcal; Białko ogółem: 75.48 g; Tłuszcz: 92.2 g; Kw.łł.nas.ogółem: 6.44 g; Węglowodany ogółem: 311.13 g; suma cukrów prostych: 45 g; Błonnik pokarmowy: 39.36 g; Sól: 4.11 g; WW: 27.48 Por; Cholesterol: 76.94 mg;

wtorek 2024-04-16 Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
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>), .twaróg krajanka z mlekiem 100 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna z/c 400 ml , zacierka na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki 200 g , karkówka pieczona 80 g , kapusta biała zasmażana 150 g (<u>GLU</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	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>), Herbata czarna z/c 400 ml , dynia gotowana 100 g ,
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), miód 25 g ,		Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2769.63 kcal; Białko ogółem: 97.9 g; Tłuszcz: 110.74 g; Kw.łł.nas.ogółem: 39.14 g; Węglowodany ogółem: 361.18 g; suma cukrów prostych: 65.57 g; Błonnik pokarmowy: 45.57 g; Sól: 6 g; WW: 31.95 Por; Cholesterol: 241.67 mg;

wtorek 2024-04-16 Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
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>), .twaróg krajanka z mlekiem 100 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna z/c 400 ml , zacierka na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki 200 g , karkówka pieczona 80 g , kapusta biała zasmażana 150 g (<u>GLU</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	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>), Herbata czarna z/c 400 ml , dynia gotowana 100 g ,
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), miód 25 g ,		Posiłek nocny: jabłko gotowane 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2769.63 kcal; Białko ogółem: 97.9 g; Tłuszcz: 110.74 g; Kw.łł.nas.ogółem: 39.14 g; Węglowodany ogółem: 361.18 g; suma cukrów prostych: 65.57 g; Błonnik pokarmowy: 45.57 g; Sól: 6 g; WW: 31.95 Por; Cholesterol: 241.67 mg;

wtorek 2024-04-16 Jadłospis dla diety: wegetariańska bezglutenowa E		
masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), .twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 100 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 594.27 kcal; Białko ogółem: 23.1 g; Tłuszcz: 30.45 g; Kw.łł.nas.ogółem: 9.31 g; Węglowodany ogółem: 58.87 g; suma cukrów prostych: 9.73 g; Błonnik pokarmowy: .58 g; Sól: .04 g; WW: 5.88 Por; Cholesterol: 42.41 mg;