

Jadłospisy dla oddziałów

| USK 1 W SZCZECINIE | | |
|--|--|---|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| sobota 2024-04-20 | | |
| Jadłospis dla diety: Podstawowa | | |
| 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>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | .pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .szpinak oprószany 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |
| | | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2165.74 kcal; Białko ogółem: 92.87 g; Tłuszcz: 76.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.99 g; Węglowodany ogółem: 293.97 g; suma cukrów prostych: 56.69 g; Błonnik pokarmowy: 34.16 g; Sól: 7.97 g; WW: 26.31 Por; Cholesterol: 197.18 mg;

| | | |
|---|--|---|
| sobota 2024-04-20 | | |
| Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego | | |
| 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>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | .pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .szpinak oprószany 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |
| | | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2413.69 kcal; Białko ogółem: 105.14 g; Tłuszcz: 83.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.35 g; Węglowodany ogółem: 329.25 g; suma cukrów prostych: 70.29 g; Błonnik pokarmowy: 37.4 g; Sól: 8.25 g; WW: 29.53 Por; Cholesterol: 217.18 mg;

| | | |
|---|--|--|
| sobota 2024-04-20 | | |
| Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji | | |
| masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), | .pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .szpinak oprószany 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |
| II Śniadanie: Koktajl bananowy 200 ml (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2190.49 kcal; Białko ogółem: 110.64 g; Tłuszcz: 72.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.73 g; Węglowodany ogółem: 289.09 g; suma cukrów prostych: 96.24 g; Błonnik pokarmowy: 31.13 g; Sól: 7.75 g; WW: 26.07 Por; Cholesterol: 196.75 mg;

| | | |
|--|--|---|
| sobota 2024-04-20 | | |
| Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat) | | |
| 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>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | .pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .szpinak oprószany 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |
| II Śniadanie: Koktajl bananowy 200 ml (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2355.96 kcal; Białko ogółem: 97.54 g; Tłuszcz: 82.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.86 g; Węglowodany ogółem: 312.22 g; suma cukrów prostych: 77.1 g; Błonnik pokarmowy: 35.63 g; Sól: 8.09 g; WW: 28.07 Por; Cholesterol: 218.95 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-04-20 | | | Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych | | |
|--|--|--|--|--|--|
| chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | .pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <i>może zawierać: SEL, GOR</i>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .szpinak oprószany 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna z/c 250 ml , seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), | | | |
| II Śniadanie: Koktajl bananowy 200 ml (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2519.86 kcal; Białko ogółem: 115.99 g; Tłuszcz: 89.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.12 g; Węglowodany ogółem: 332.23 g; suma cukrów prostych: 94.97 g; Błonnik pokarmowy: 41 g; Sól: 8.4 g; WW: 29.52 Por; Cholesterol: 230.95 mg;

| sobota 2024-04-20 | | | 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>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | .pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <i>może zawierać: SEL, GOR</i>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .szpinak oprószany 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , | | | |
| II Śniadanie: Koktajl bananowy 200 ml (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2224.96 kcal; Białko ogółem: 95.19 g; Tłuszcz: 69.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.79 g; Węglowodany ogółem: 311.82 g; suma cukrów prostych: 76.6 g; Błonnik pokarmowy: 35.63 g; Sól: 7.04 g; WW: 28.04 Por; Cholesterol: 175.45 mg;

| sobota 2024-04-20 | | | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna | | |
|--|--|--|-----------------------------------|--|--|
| płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | .pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <i>może zawierać: SEL, GOR</i>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .szpinak oprószany 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | | | |
| | | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2257.53 kcal; Białko ogółem: 101.65 g; Tłuszcz: 66.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.87 g; Węglowodany ogółem: 321.78 g; suma cukrów prostych: 50.34 g; Błonnik pokarmowy: 18.74 g; Sól: 6.6 g; WW: 30.69 Por; Cholesterol: 172.68 mg;

| sobota 2024-04-20 | | | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat) | | |
|---|--|--|--|--|--|
| płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | .pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <i>może zawierać: SEL, GOR</i>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .szpinak oprószany 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | | | |
| II Śniadanie: Koktajl bananowy 200 ml (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2359.25 kcal; Białko ogółem: 106.42 g; Tłuszcz: 73.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.75 g; Węglowodany ogółem: 317.68 g; suma cukrów prostych: 86.6 g; Błonnik pokarmowy: 20.61 g; Sól: 6.7 g; WW: 30.1 Por; Cholesterol: 194.45 mg;

| sobota 2024-04-20 | | | 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>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | .pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <i>może zawierać: SEL, GOR</i>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .szpinak oprószany 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</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 , pomidor 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>), rzodkiewka 40g 40 g , | Podwieczorek: sałatka wiosenna 100 g , chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta warzywna 100 g (<u>SEL</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2122.44 kcal; Białko ogółem: 90.53 g; Tłuszcz: 77.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.96 g; Węglowodany ogółem: 285.82 g; suma cukrów prostych: 25.45 g; Błonnik pokarmowy: 41.35 g; Sól: 8.22 g; WW: 24.74 Por; Cholesterol: 173.3 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-04-20 | | | 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 70 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | .pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU, MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .szpinak oprószany 150 g (<u>GLU, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | | | |
| II Śniadanie: rzodkiewka 40g 40 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: sałatka wiosenna 150 g , serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1883.52 kcal; Białko ogółem: 106.53 g; Tłuszcz: 69.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.5 g; Węglowodany ogółem: 232.78 g; suma cukrów prostych: 30.85 g; Błonnik pokarmowy: 31.4 g; Sól: 6.95 g; WW: 20.44 Por; Cholesterol: 177.5 mg;

| sobota 2024-04-20 | | | 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>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | .pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU, MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .szpinak oprószany 150 g (<u>GLU, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 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>), sałatka wiosenna 100 g , jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), sok owocowy 200ml 200 g , mandarynka 100 g , | | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , ser żółty 30 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2298.62 kcal; Białko ogółem: 106.46 g; Tłuszcz: 84.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.45 g; Węglowodany ogółem: 297.45 g; suma cukrów prostych: 51.08 g; Błonnik pokarmowy: 40.17 g; Sól: 8.71 g; WW: 26.04 Por; Cholesterol: 459.68 mg;

| sobota 2024-04-20 | | | 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>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | .pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU, MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .szpinak oprószany 150 g (<u>GLU, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 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>), rzodkiewka 40g 40 g , | | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta warzywna 100 g (<u>SEL</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1959.63 kcal; Białko ogółem: 87.54 g; Tłuszcz: 67.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.83 g; Węglowodany ogółem: 268.37 g; suma cukrów prostych: 23.63 g; Błonnik pokarmowy: 37.99 g; Sól: 7.74 g; WW: 23.33 Por; Cholesterol: 160.6 mg;

| sobota 2024-04-20 | | | 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 krajanka 150 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU, MLE</u>), | .pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU, MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .szpinak oprószany 150 g (<u>GLU, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 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>), rzodkiewka 40g 40 g , | Podwieczorek: sałatka wiosenna 100 g , chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta warzywna 100 g (<u>SEL</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2514.54 kcal; Białko ogółem: 118.64 g; Tłuszcz: 88.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.38 g; Węglowodany ogółem: 331.98 g; suma cukrów prostych: 38.61 g; Błonnik pokarmowy: 45.02 g; Sól: 8.76 g; WW: 29.03 Por; Cholesterol: 193.5 mg;

| sobota 2024-04-20 | | | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu | | |
|--|---|---|--|--|--|
| chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), twaróg krajanka 150 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | .pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), .ziemniaki 250 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU, MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .szpinak oprószany 150 g (<u>GLU, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), wędlina 100 g , seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , | | | |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1958.19 kcal; Białko ogółem: 137.18 g; Tłuszcz: 52.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.17 g; Węglowodany ogółem: 256.06 g; suma cukrów prostych: 25.77 g; Błonnik pokarmowy: 24.08 g; Sól: 9.75 g; WW: 23.59 Por; Cholesterol: 137.9 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-04-20 | | | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa | | |
|---|--|---|---|--|--|
| cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), | .pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), sos do obiadu 100 g , .szpinak oprószyany 150 g (<u>GLU, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , Kotlety ziemniaczane 300 g (<u>GLU, JAJ</u>), | chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), | | | |
| II Śniadanie: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL, może zawierać: SEL</u>), | | Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml , | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2465.28 kcal; Białko ogółem: 50.88 g; Tłuszcz: 105.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.27 g; Węglowodany ogółem: 333.18 g; suma cukrów prostych: 25.02 g; Błonnik pokarmowy: 23.19 g; Sól: 9.6 g; WW: 31.22 Por; Cholesterol: 218.94 mg;

| sobota 2024-04-20 | | | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu | | |
|--|--|---|---|--|--|
| chleb pszenno-krojonny 120g 120 g (<u>GLU, MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , | .pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), .ziemiaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU, MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .szpinak oprószyany 150 g (<u>GLU, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb pszenno-krojonny 120g 120 g (<u>GLU, MLE</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , | | | |
| II Śniadanie: biszkopty 50 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2181.94 kcal; Białko ogółem: 119.1 g; Tłuszcz: 54.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 13.15 g; Węglowodany ogółem: 314.81 g; suma cukrów prostych: 79.96 g; Błonnik pokarmowy: 24.1 g; Sól: 9.78 g; WW: 29.34 Por; Cholesterol: 184.8 mg;

| sobota 2024-04-20 | | | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego | | |
|---|--|---|--|--|--|
| chleb pszenno-krojonny 120g 120 g (<u>GLU, MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), | .pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), .ziemiaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU, MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .szpinak oprószyany 150 g (<u>GLU, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb pszenno-krojonny 120g 120 g (<u>GLU, MLE</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , | | | |
| | | Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2097.02 kcal; Białko ogółem: 108.57 g; Tłuszcz: 68.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.49 g; Węglowodany ogółem: 272.13 g; suma cukrów prostych: 55.1 g; Błonnik pokarmowy: 23.7 g; Sól: 9.47 g; WW: 25.17 Por; Cholesterol: 161.68 mg;

| sobota 2024-04-20 | | | Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal) | | |
|--|--|---|--|--|--|
| chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g (<u>GLU, MLE</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU, MLE</u>), | .pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), .ziemiaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU, MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .szpinak oprószyany 150 g (<u>GLU, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU, MLE</u>), | chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g (<u>GLU, MLE</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU, MLE</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , | | | |
| II Śniadanie: Koktajl bananowy 200 ml (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2715.66 kcal; Białko ogółem: 133.24 g; Tłuszcz: 94.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.01 g; Węglowodany ogółem: 349.97 g; suma cukrów prostych: 87.69 g; Błonnik pokarmowy: 37.48 g; Sól: 8.57 g; WW: 31.63 Por; Cholesterol: 299.95 mg;

| sobota 2024-04-20 | | | Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona | | |
|--|-------------------------|---|--|--|--|
| płynna - śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), | płynna - obiad 600 ml , | płynna - kolacja 350 ml (<u>MLE, SEL</u>), | | | |
| II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>), | | Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE, SEL</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 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

| sobota 2024-04-20 | | |
|---|----------------------------|--|
| 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;

| sobota 2024-04-20 | | |
|---|--|---|
| Jadłospis dla diety: Rozdrobniona | | |
| chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU, MLE</u>), | .pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), ziemniaki 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos do obiadu 100 g , .szpinak oprószany 150 g (<u>GLU, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g (<u>SEL</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , .ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), |
| | | Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2448.31 kcal; Białko ogółem: 127.39 g; Tłuszcz: 79.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.91 g; Węglowodany ogółem: 336.53 g; suma cukrów prostych: 74.49 g; Błonnik pokarmowy: 29.52 g; Sól: 10.71 g; WW: 31.06 Por; Cholesterol: 200.52 mg;

| sobota 2024-04-20 | | |
|--|--|---|
| Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów | | |
| chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), .ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), | .pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), ziemniaki 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos do obiadu 100 g , .szpinak oprószany 150 g (<u>GLU, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g (<u>SEL</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , .ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), |
| | | Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2361.91 kcal; Białko ogółem: 117.22 g; Tłuszcz: 79.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.98 g; Węglowodany ogółem: 323.84 g; suma cukrów prostych: 62.02 g; Błonnik pokarmowy: 28.05 g; Sól: 10.43 g; WW: 29.94 Por; Cholesterol: 180.52 mg;

| sobota 2024-04-20 | | |
|--|---|--|
| Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca | | |
| masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), | .pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU, MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .szpinak oprószany 150 g (<u>GLU, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |
| II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g , | | Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta warzywna 100 g (<u>SEL</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1774.83 kcal; Białko ogółem: 81.94 g; Tłuszcz: 65.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.59 g; Węglowodany ogółem: 227.73 g; suma cukrów prostych: 21.07 g; Błonnik pokarmowy: 31.59 g; Sól: 6.72 g; WW: 19.89 Por; Cholesterol: 159.8 mg;

| sobota 2024-04-20 | | |
|---|---|--|
| Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa | | |
| 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>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | .pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU, MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .szpinak oprószany 150 g (<u>GLU, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 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>), rzodkiewka 40g 40 g , | | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), Pasta warzywna 100 g (<u>SEL</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2059.41 kcal; Białko ogółem: 87.64 g; Tłuszcz: 78.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.13 g; Węglowodany ogółem: 268.47 g; suma cukrów prostych: 23.71 g; Błonnik pokarmowy: 37.99 g; Sól: 7.74 g; WW: 23.35 Por; Cholesterol: 193.68 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-04-20 | | | Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna | | |
|---|--|---|---|--|--|
| chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), wędlina 50 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , margaryna 15 g , dżem owocowy 50 g , | .pomidorowa z ryżem b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL, GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony b/glu b/ml 80 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , szpinak gotowany b/glut, b/ml 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g (<u>SEL</u>), seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml , | | | |
| | | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 5g 5 g , Pasta warzywna 100 g (<u>SEL</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1991.39 kcal; Białko ogółem: 90.73 g; Tłuszcz: 62.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.59 g; Węglowodany ogółem: 280.91 g; suma cukrów prostych: 47.47 g; Błonnik pokarmowy: 25.01 g; Sól: 10.67 g; WW: 25.94 Por; Cholesterol: 58 mg;

| sobota 2024-04-20 | | | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA | | |
|--|--|--|---|--|--|
| chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 50 g , dżem owocowy 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | .pomidorowa z ryżem b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL, GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony b/glu b/ml 80 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , szpinak gotowany b/glut, b/ml 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g (<u>SEL</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , | | | |
| | | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 5g 5 g , Pasta warzywna 100 g (<u>SEL</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1999.61 kcal; Białko ogółem: 88.28 g; Tłuszcz: 58.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.64 g; Węglowodany ogółem: 298.95 g; suma cukrów prostych: 50.91 g; Błonnik pokarmowy: 37.87 g; Sól: 8.09 g; WW: 26.45 Por; Cholesterol: 59.5 mg;

| sobota 2024-04-20 | | | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA | | |
|---|---|--|--|--|--|
| 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>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | .pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ</u> , <u>MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU, MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .szpinak oprószany 150 g (<u>GLU, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , | | | |
| | | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2165.74 kcal; Białko ogółem: 92.87 g; Tłuszcz: 76.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.99 g; Węglowodany ogółem: 293.97 g; suma cukrów prostych: 56.69 g; Błonnik pokarmowy: 34.16 g; Sól: 7.97 g; WW: 26.31 Por; Cholesterol: 197.18 mg;

| sobota 2024-04-20 | | | Jadłospis dla diety: Atopowa | | |
|--|---|---|------------------------------|--|--|
| margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g , | krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g (<u>GLU</u>), Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atopowa 240 g , ziemniaki gotowane 200 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml (<u>GLU</u>), brokuł gotowany 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt , Zapiekanka z ziemniaków i warzyw - d. atopowa 400 g , | Herbata czarna z/c 250 ml , | | | |
| II Śniadanie: kisiel z jabłek z/c 200 ml , | | Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , ryż na wodzie 200 ml , | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1865.2 kcal; Białko ogółem: 60.66 g; Tłuszcz: 69.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.17 g; Węglowodany ogółem: 258.51 g; suma cukrów prostych: 72.58 g; Błonnik pokarmowy: 38.62 g; Sól: 1.94 g; WW: 22.27 Por; Cholesterol: 138.52 mg;

| sobota 2024-04-20 | | | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN | | |
|---|--|---|---|--|--|
| chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | .pomidorowa z ryżem b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL, GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony b/glu b/ml 80 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , szpinak gotowany b/glut, b/ml 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g (<u>SEL</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , | | | |
| | | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta warzywna 100 g (<u>SEL</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1999.62 kcal; Białko ogółem: 93.78 g; Tłuszcz: 82.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.04 g; Węglowodany ogółem: 228.29 g; suma cukrów prostych: 49.78 g; Błonnik pokarmowy: 10.47 g; Sól: 4.35 g; WW: 21.97 Por; Cholesterol: 141.88 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-04-20 | | | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA | | |
|---|---|---|--|--|--|
| chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , dżem owocowy 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | .pomidorowa z ryżem b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL, GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony b/glu b/ml 80 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , szpinak gotowany b/glut, b/ml 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g (<u>SEL</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , | | | |
| | | Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , Pasta warzywna 100 g (<u>SEL</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1901.01 kcal; Białko ogółem: 85.38 g; Tłuszcz: 81.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.39 g; Węglowodany ogółem: 216.95 g; suma cukrów prostych: 43.31 g; Błonnik pokarmowy: 10.47 g; Sól: 4.11 g; WW: 20.86 Por; Cholesterol: 58 mg;

| sobota 2024-04-20 | | | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN | | |
|---|---|---|---|--|--|
| masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , | .pomidorowa z ryżem b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL, GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony b/glu b/ml 80 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , szpinak gotowany b/glut, b/ml 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g (<u>SEL</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | | | |
| II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g , | | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta warzywna 100 g (<u>SEL</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2081.78 kcal; Białko ogółem: 90.98 g; Tłuszcz: 100.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.72 g; Węglowodany ogółem: 213.39 g; suma cukrów prostych: 14.04 g; Błonnik pokarmowy: 14.47 g; Sól: 4.74 g; WW: 20.13 Por; Cholesterol: 190.78 mg;

| sobota 2024-04-20 | | | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML | | |
|---|---|---|--|--|--|
| chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | .pomidorowa z ryżem b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL, GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony b/glu b/ml 80 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , szpinak gotowany b/glut, b/ml 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g (<u>SEL</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | | | |
| II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 5g 5 g , rzodkiewka 40g 40 g , | | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 5g 5 g , Pasta warzywna 100 g (<u>SEL</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1848.8 kcal; Białko ogółem: 87.57 g; Tłuszcz: 61.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.41 g; Węglowodany ogółem: 255.94 g; suma cukrów prostych: 23 g; Błonnik pokarmowy: 37.67 g; Sól: 8.42 g; WW: 22.11 Por; Cholesterol: 61.4 mg;

| sobota 2024-04-20 | | | Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML | | |
|---|---|---|--|--|--|
| margaryna 15 g , wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , | .pomidorowa z ryżem b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL, GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony b/glu b/ml 80 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , szpinak gotowany b/glut, b/ml 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g (<u>SEL</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | | | |
| II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , rzodkiewka 40g 40 g , | | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 5g 5 g , Pasta warzywna 100 g (<u>SEL</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1926.8 kcal; Białko ogółem: 88.87 g; Tłuszcz: 86.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.54 g; Węglowodany ogółem: 211.22 g; suma cukrów prostych: 13.72 g; Błonnik pokarmowy: 14.47 g; Sól: 4.74 g; WW: 19.9 Por; Cholesterol: 58.5 mg;

| sobota 2024-04-20 | | | Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2 | | |
|--|--|--|---|--|--|
| chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. b/ml - dieta 100 g (<u>JAJ</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | marchewkowa z ziemniakami - dieta b/ml 300 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Mięso drobiowe gotowane 100 g , sos pietruszkowy b/ml 100 ml (<u>GLU</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | | | |
| II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem 400 g (<u>MLE</u>), jogurt naturalny b/l 1 szt (<u>MLE</u>), bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g , | | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 50 g (<u>SEL</u>), kakao proszek 30 g (<u>GLU</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2231.16 kcal; Białko ogółem: 93.16 g; Tłuszcz: 70.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.6 g; Węglowodany ogółem: 230.64 g; suma cukrów prostych: 32.41 g; Błonnik pokarmowy: 23.46 g; Sól: 5 g; WW: 20.95 Por; Cholesterol: 737.43 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-04-20 | | | Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3 | | |
|---|--|--|---|--|--|
| płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), Mus z jabłek b/c 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml, | | krupnik z ziemniakami - dieta 300 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Makaron drobny gotowany 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos boloński z mięsa drob. -dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), cukinia gotowana 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml, | | chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, | |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), marchewka gotowana 100 g, | | | | Posiłek nocny: kakao proszek 30 g (<u>GLU</u>), jogurt naturalny b/1 1 szt (<u>MLE</u>), | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2038.29 kcal; Białko ogółem: 100.98 g; Tłuszcz: 72.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 250.97 g; suma cukrów prostych: 58.3 g; Błonnik pokarmowy: 30.65 g; Sól: 7.54 g; WW: 22.28 Por; Cholesterol: 719.56 mg;

| sobota 2024-04-20 | | | 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, | | zupa 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;

| sobota 2024-04-20 | | | Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS | | |
|--|--|--|---|--|--|
| chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g ots 1 szt (<u>MLE</u>), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g (<u>JAJ</u>), majonez saszetka ots 15 g (<u>JAJ</u>), pomidor b/skóry ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, ryż na mleku ots 400 g (<u>MLE</u>), | | zupa ogórkowa z ziemniakami ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki 200 g, filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), szpinak oprószany 100 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml, | | chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), sok pomidorowy 300 ml ots 1 szt, ser żółty plastry - 100g ots 1 szt (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g (<u>JAJ</u>), | |
| | | | | Posiłek nocny: Mus z truskawek ots 200 g, biszkopty ots 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2669.39 kcal; Białko ogółem: 140.89 g; Tłuszcz: 118.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.46 g; Węglowodany ogółem: 273.38 g; suma cukrów prostych: 68.12 g; Błonnik pokarmowy: 28.61 g; Sól: 8.83 g; WW: 24.8 Por; Cholesterol: 1441.13 mg;

| sobota 2024-04-20 | | | Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow. | | |
|--|--|--|--|--|--|
| chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g (<u>JAJ</u>), pomidor b/skóry ots 100 g, majonez saszetka ots 30 g (<u>JAJ</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, ryż na mleku ots 400 g (<u>MLE</u>), | | zupa ogórkowa z ziemniakami ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki 200 g, filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), szpinak gotowany - dieta 100 g (<u>GLU</u>), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml, | | chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), sok pomidorowy 300 ml ots 1 szt, ser żółty plastry - 100g ots 1 szt (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g (<u>JAJ</u>), | |
| | | | | Posiłek nocny: Mus z truskawek b/c ots 200 g, | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2558.33 kcal; Białko ogółem: 136.71 g; Tłuszcz: 124.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.83 g; Węglowodany ogółem: 235.03 g; suma cukrów prostych: 44.73 g; Błonnik pokarmowy: 28.22 g; Sól: 9.01 g; WW: 21.01 Por; Cholesterol: 1381.88 mg;

| sobota 2024-04-20 | | | 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

| sobota 2024-04-20 | | | Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary) | | |
|--|--|--|---|--|--|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , | | | |

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

| sobota 2024-04-20 | | | Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary) | | |
|--|--|--|---|--|--|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, _</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, _</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), grysikowa 300 g (<u>GLU, 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;

| sobota 2024-04-20 | | | Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary) | | |
|--|---|--|--|--|--|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, _</u>), | grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g (<u>GLU, JAJ, _</u>), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml , | kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, _</u>), | | | |

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;

| sobota 2024-04-20 | | | Jadłospis dla diety: Bariatryczna | | |
|---|---|--|-----------------------------------|--|--|
| zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>), | zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), | Kisiel z jagód b/c 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE, _</u>), | | | |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>), | | Posiłek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym 300 ml (<u>MLE, _</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>), | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 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;

| sobota 2024-04-20 | | | Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1 | | |
|---|--|--|---|--|--|
| kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem 400 g (<u>MLE, _</u>), chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE, _</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL, _</u>), Herbata czarna b/c 250 ml , | grysikowa z ziemniakami - dieta 300 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU, JAJ, _</u>), sos koperkowy b/ml 100 ml (<u>GLU, MLE, _</u>), marchewka gotowana 150 g , | Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE, _</u>), jabłko pieczone 150 g , wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , | | | |
| II Śniadanie: suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), kakao proszek 30 g (<u>GLU, _</u>), | | Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c 200 ml , 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;

| sobota 2024-04-20 | | | Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny | | |
|---|---|--|---------------------------------------|--|--|
| margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g , | ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 Por (<u>GLU, _</u>), brokuł gotowany 100 g , | wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g , | | | |
| II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml , | | Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml , | | | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1788.66 kcal; Białko ogółem: 58.54 g; Tłuszcz: 70.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.44 g; Węglowodany ogółem: 236.4 g; suma cukrów prostych: 19.35 g; Błonnik pokarmowy: 14.66 g; Sól: 1.45 g; WW: 22.44 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-04-20 | | Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa |
|---|--|--|
| masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg 100 g (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żył. 100 g (<u>GLU</u>), | krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g (<u>GLU</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atapowa 240 g , brokuł gotowany 150 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml (<u>GLU</u>), woda n/g 0,5L 1 szt , | chleb mieszany psz-żył. 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |
| II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: banan 200 g , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1915.22 kcal; Białko ogółem: 81.96 g; Tłuszcz: 68.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.09 g; Węglowodany ogółem: 275.23 g; suma cukrów prostych: 97.69 g; Błonnik pokarmowy: 52.88 g; Sól: 4.72 g; WW: 22.55 Por; Cholesterol: 649.23 mg;

| sobota 2024-04-20 | | Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny |
|-------------------|--|--|
| | .pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki 250 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .szpinak oprószyany 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 905.6 kcal; Białko ogółem: 62.44 g; Tłuszcz: 29.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.06 g; Węglowodany ogółem: 102.08 g; suma cukrów prostych: 9.61 g; Błonnik pokarmowy: 10.78 g; Sól: 3.46 g; WW: 9.33 Por; Cholesterol: 116 mg;

| sobota 2024-04-20 | | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji |
|---|--|--|
| płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | .pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .szpinak oprószyany 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , |
| II Śniadanie: Koktajl bananowy 200 ml (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2317.25 kcal; Białko ogółem: 107.32 g; Tłuszcz: 74.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.22 g; Węglowodany ogółem: 314.68 g; suma cukrów prostych: 84.65 g; Błonnik pokarmowy: 20.16 g; Sól: 6.76 g; WW: 29.8 Por; Cholesterol: 197.45 mg;

| sobota 2024-04-20 | | Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej |
|---|--|--|
| masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), | .pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .szpinak oprószyany 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), | chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |
| II Śniadanie: Koktajl bananowy 200 ml (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2459.26 kcal; Białko ogółem: 133.47 g; Tłuszcz: 88.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.9 g; Węglowodany ogółem: 296.9 g; suma cukrów prostych: 96.35 g; Błonnik pokarmowy: 31.36 g; Sól: 7.89 g; WW: 26.84 Por; Cholesterol: 290.35 mg;

| sobota 2024-04-20 | | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA |
|--|---|--|
| 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>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | .pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u>), .kotlety ziemniaczane 320 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos do obiadu 100 g , .szpinak oprószyany 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), Pasta warzywna 100 g (<u>SEL</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |
| | | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2394.43 kcal; Białko ogółem: 66.73 g; Tłuszcz: 87.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.59 g; Węglowodany ogółem: 353.01 g; suma cukrów prostych: 57.87 g; Błonnik pokarmowy: 37.96 g; Sól: 7.22 g; WW: 31.89 Por; Cholesterol: 123.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-04-20 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA | | |
|---|--|--|
| chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , dżem owocowy 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , | .pomidorowa z ryżem b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL, GOR</u>), .kotlety ziemniaczane b/faj 320 g (<u>GLU</u>), sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , szpinak gotowany 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>), margaryna 15 g , Pasta warzywna 100 g (<u>SEL</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |
| | | Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml , |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2148.52 kcal; Białko ogółem: 45.18 g; Tłuszcz: 72.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.69 g; Węglowodany ogółem: 348.88 g; suma cukrów prostych: 58.81 g; Błonnik pokarmowy: 41.17 g; Sól: 8.99 g; WW: 31.15 Por; Cholesterol: 1 mg;

| sobota 2024-04-20 Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna | | |
|--|--|---|
| masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), | .pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU, MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .szpinak oprószany 150 g (<u>GLU, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 250 ml , seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), |
| II Śniadanie: Koktajl bananowy 200 ml (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2277.06 kcal; Białko ogółem: 113.04 g; Tłuszcz: 73.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.67 g; Węglowodany ogółem: 302.95 g; suma cukrów prostych: 89.67 g; Błonnik pokarmowy: 24.08 g; Sól: 6.73 g; WW: 28.27 Por; Cholesterol: 186.45 mg;

| sobota 2024-04-20 Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa | | |
|--|--|--|
| masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), | .pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU, MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .szpinak oprószany 150 g (<u>GLU, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 250 ml , seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), |
| II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , | | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta warzywna 100 g (<u>SEL</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2248.5 kcal; Białko ogółem: 100.81 g; Tłuszcz: 85.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.45 g; Węglowodany ogółem: 290.33 g; suma cukrów prostych: 39.1 g; Błonnik pokarmowy: 44.3 g; Sól: 11.01 g; WW: 24.93 Por; Cholesterol: 193.68 mg;

| sobota 2024-04-20 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna | | |
|--|--|--|
| masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 70 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb mieszany psz.-żyt. 100 g (<u>GLU</u>), | .pomidorowa z makaronem 400 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u>), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony 80 g (<u>GLU, MLE</u>), sos do obiadu 100 g , .szpinak oprószany 150 g (<u>GLU, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb mieszany psz.-żyt. 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna z/c 250 ml , seler gotowany 100 g (<u>SEL</u>), |
| II Śniadanie: Koktajl bananowy 200 ml (<u>MLE</u>), | | Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), |

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2288.86 kcal; Białko ogółem: 108.99 g; Tłuszcz: 87.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.82 g; Węglowodany ogółem: 281.43 g; suma cukrów prostych: 91.77 g; Błonnik pokarmowy: 33 g; Sól: 7.12 g; WW: 25.22 Por; Cholesterol: 229.95 mg;