

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Koszty ogólne Zarządu-Prac. Gosp. i Magazyny w Policach		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2024-04-26</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlna 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 , .filety rybne smażone 110 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> ), .surówka wielowarzywna 150 g ( <u>SEL</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> ), Sałatka z soczewicy 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml , wędlna 30g 30 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> jabłko 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2258.46 kcal; Białko ogółem: 83.97 g; Tłuszcz: 83.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.55 g; Węglowodany ogółem: 309.08 g; suma cukrów prostych: 61.11 g; Błonnik pokarmowy: 51.44 g; Sól: 7.84 g; WW: 26.11 Por; Cholesterol: 111.86 mg;

<b>piątek 2024-04-26</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlna 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , .kasza kukurydziana na mleku 300 g ( <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 , .filety rybne smażone 110 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> ), .surówka wielowarzywna 150 g ( <u>SEL</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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> jabłko 150 g , chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlna 30g 30 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2703.6 kcal; Białko ogółem: 102.86 g; Tłuszcz: 106.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.22 g; Węglowodany ogółem: 353.19 g; suma cukrów prostych: 69.1 g; Błonnik pokarmowy: 55.68 g; Sól: 10.15 g; WW: 30.07 Por; Cholesterol: 227.56 mg;

<b>piątek 2024-04-26</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>		
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlna 50 g , sałata zielona 8g 8 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 , .ryba gotowana 120 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</u> ), .cukinia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> jabłko 150 g , chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlna 30g 30 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2489.35 kcal; Białko ogółem: 112.38 g; Tłuszcz: 67.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.92 g; Węglowodany ogółem: 380.68 g; suma cukrów prostych: 78.77 g; Błonnik pokarmowy: 62.05 g; Sól: 15.37 g; WW: 32.16 Por; Cholesterol: 191.96 mg;

<b>piątek 2024-04-26</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlna 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 , .filety rybne smażone 110 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> ), .surówka wielowarzywna 150 g ( <u>SEL</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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> jabłko 150 g , chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlna 30g 30 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2629.36 kcal; Białko ogółem: 96.71 g; Tłuszcz: 100.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.23 g; Węglowodany ogółem: 349.94 g; suma cukrów prostych: 78.78 g; Błonnik pokarmowy: 56.49 g; Sól: 11.84 g; WW: 29.69 Por; Cholesterol: 227.56 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
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> ), wędlna 50 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , .kasza kukurydziana na mleku 300 g ( <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 , .ryba gotowana 120 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</u> ), .cukinia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g , 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> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g , herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g , chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlna 30g 30 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2787.82 kcal; Białko ogółem: 109.5 g; Tłuszcz: 80.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.83 g; Węglowodany ogółem: 421.14 g; suma cukrów prostych: 118.08 g; Błonnik pokarmowy: 52.18 g; Sól: 11.38 g; WW: 37.2 Por; Cholesterol: 129.98 mg;

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
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> ), wędlna 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> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .ryba gotowana 120 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</u> ), .surówka wielowarzywna 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g , 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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g ,		Posiłek nocny: jabłko 150 g , chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlna 30g 30 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2440.74 kcal; Białko ogółem: 102.39 g; Tłuszcz: 78.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.51 g; Węglowodany ogółem: 345.09 g; suma cukrów prostych: 78.51 g; Błonnik pokarmowy: 55.65 g; Sól: 11.61 g; WW: 29.33 Por; Cholesterol: 199.38 mg;

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
kasza kukurydziana na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlna 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> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .ryba gotowana 120 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: jabłko 150 g , chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlna 30g 30 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2309.66 kcal; Białko ogółem: 110.45 g; Tłuszcz: 73.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.77 g; Węglowodany ogółem: 309.74 g; suma cukrów prostych: 65.79 g; Błonnik pokarmowy: 28.94 g; Sól: 12.76 g; WW: 28.39 Por; Cholesterol: 217.88 mg;

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
kasza kukurydziana na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlna 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> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .ryba gotowana 120 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g ,		Posiłek nocny: jabłko 150 g , chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlna 30g 30 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2458.16 kcal; Białko ogółem: 111.77 g; Tłuszcz: 73.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.94 g; Węglowodany ogółem: 342.41 g; suma cukrów prostych: 79.65 g; Błonnik pokarmowy: 32.9 g; Sól: 15.33 g; WW: 31.29 Por; Cholesterol: 217.88 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-26			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. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE.</u> ), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	.pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU. JAJ. MLE. SEL. może zawierać: SEL. GOR.</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , .ryba gotowana 120 g ( <u>GLU. RYB.</u> ), sos do obiadu 100 g , .surówka wielowarzywna 150 g ( <u>SEL.</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE.</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE.</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL.</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ),	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> ), wędlina 30g 30 g , rzodkiewka 40g 40 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2401.97 kcal; Białko ogółem: 107.57 g; Tłuszcz: 81.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.67 g; Węglowodany ogółem: 331.24 g; suma cukrów prostych: 50.67 g; Błonnik pokarmowy: 49.87 g; Sól: 11.23 g; WW: 28.34 Por; Cholesterol: 147.68 mg;

piątek 2024-04-26			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> ), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	.pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU. JAJ. MLE. SEL. może zawierać: SEL. GOR.</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , .ryba gotowana 120 g ( <u>GLU. RYB.</u> ), sos do obiadu 100 g , .surówka wielowarzywna 150 g ( <u>SEL.</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE.</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL.</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), pomidor 100 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE.</u> ), rzodkiewka 40g 40 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2099.43 kcal; Białko ogółem: 98.13 g; Tłuszcz: 61.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.8 g; Węglowodany ogółem: 309.15 g; suma cukrów prostych: 51.51 g; Błonnik pokarmowy: 46.98 g; Sól: 10.61 g; WW: 26.42 Por; Cholesterol: 89.3 mg;

piątek 2024-04-26			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE.</u> ), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	.pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU. JAJ. MLE. SEL. może zawierać: SEL. GOR.</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , .ryba gotowana 120 g ( <u>GLU. RYB.</u> ), sos do obiadu 100 g , .surówka wielowarzywna 150 g ( <u>SEL.</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE.</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE.</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g , chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE.</u> ), jabłko 150 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), wędlina 30g 30 g , rzodkiewka 40g 40 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2538.23 kcal; Białko ogółem: 117.98 g; Tłuszcz: 91.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.79 g; Węglowodany ogółem: 341.29 g; suma cukrów prostych: 72.21 g; Błonnik pokarmowy: 57.13 g; Sól: 8.87 g; WW: 28.64 Por; Cholesterol: 191.18 mg;

piątek 2024-04-26			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> ), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	.pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU. JAJ. MLE. SEL. może zawierać: SEL. GOR.</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , .ryba gotowana 120 g ( <u>GLU. RYB.</u> ), sos do obiadu 100 g , .surówka wielowarzywna 150 g ( <u>SEL.</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE.</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL.</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU.</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE.</u> ), wędlina 30g 30 g , rzodkiewka 40g 40 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2212.19 kcal; Białko ogółem: 101.02 g; Tłuszcz: 67.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.58 g; Węglowodany ogółem: 321.84 g; suma cukrów prostych: 44.29 g; Błonnik pokarmowy: 49.87 g; Sól: 10.99 g; WW: 27.42 Por; Cholesterol: 102.6 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml , kasza kukurydziana na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ),	.pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , .ryba gotowana 120 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</u> ), sos do obiadu 100 g , .surówka wielowarzywna 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 100g 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	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> ), wędlina 50 g , rzodkiewka 40g 40 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2700.37 kcal; Białko ogółem: 128.03 g; Tłuszcz: 88.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.81 g; Węglowodany ogółem: 369.88 g; suma cukrów prostych: 65.02 g; Błonnik pokarmowy: 51.85 g; Sól: 12.39 g; WW: 32.04 Por; Cholesterol: 167.68 mg;

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , .jabłko gotowane 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),	.pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .ryba gotowana 120 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</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> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 30g 30 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1989.56 kcal; Białko ogółem: 104.12 g; Tłuszcz: 46.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 13.59 g; Węglowodany ogółem: 299.77 g; suma cukrów prostych: 44.04 g; Błonnik pokarmowy: 35.42 g; Sól: 13.91 g; WW: 26.79 Por; Cholesterol: 52.17 mg;

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , .jabłko gotowane 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , chleb PKU 120g 120 g ,	.pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .pulpet rybny 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos do obiadu 100 g , cukinia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2152.11 kcal; Białko ogółem: 54.52 g; Tłuszcz: 81.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.23 g; Węglowodany ogółem: 301.59 g; suma cukrów prostych: 42.83 g; Błonnik pokarmowy: 27.5 g; Sól: 10.84 g; WW: 27.64 Por; Cholesterol: 179.24 mg;

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g , .jabłko gotowane 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),	.pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .ryba gotowana 120 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</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> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g , herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 30g 30 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2178.56 kcal; Białko ogółem: 99.45 g; Tłuszcz: 46.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 13.37 g; Węglowodany ogółem: 347.87 g; suma cukrów prostych: 103.42 g; Błonnik pokarmowy: 27.21 g; Sól: 11.17 g; WW: 32.33 Por; Cholesterol: 70.6 mg;

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), .jabłko gotowane 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .ryba gotowana 120 g ( <u>GLU</u> , <u>RYB</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> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1918.47 kcal; Białko ogółem: 90.44 g; Tłuszcz: 56.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.11 g; Węglowodany ogółem: 267.22 g; suma cukrów prostych: 60.98 g; Błonnik pokarmowy: 24.8 g; Sól: 7.85 g; WW: 24.53 Por; Cholesterol: 107.48 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , kasza kukurydziana na mleku 300 g ( <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 , .filety rybne smażone 110 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> ), .surówka wielowarzywna 150 g ( <u>SEL</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> ), Sałatka z soczewicy 150 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 30g 30 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jabłko 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2610.38 kcal; Białko ogółem: 101.93 g; Tłuszcz: 92.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.55 g; Węglowodany ogółem: 360.48 g; suma cukrów prostych: 85.08 g; Błonnik pokarmowy: 54.87 g; Sól: 9.25 g; WW: 30.91 Por; Cholesterol: 143.86 mg;

piątek 2024-04-26 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;

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	papkowata - obiad 650 ml ,	papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),

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

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), jabłko gotowane 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), kasza kukurydziana na mleku 300 g ( <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 , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos do obiadu 100 g , kukinia 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> ), twaróg 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ),
		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2289.28 kcal; Białko ogółem: 95.87 g; Tłuszcz: 67.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.04 g; Węglowodany ogółem: 338.29 g; suma cukrów prostych: 94.35 g; Błonnik pokarmowy: 30.87 g; Sól: 12.35 g; WW: 31.05 Por; Cholesterol: 219.57 mg;

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), jabłko gotowane 150 g , Herbata czarna b/c 400 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</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sos do obiadu 100 g , kukinia 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> ), twaróg 100 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ),
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2159.65 kcal; Białko ogółem: 93.81 g; Tłuszcz: 74.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.17 g; Węglowodany ogółem: 305.01 g; suma cukrów prostych: 55.07 g; Błonnik pokarmowy: 34.3 g; Sól: 13.74 g; WW: 27.39 Por; Cholesterol: 202.57 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8g, 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> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, .ryba gotowana 120 g ( <u>GLU, RYB</u> ), sos do obiadu 100 g, .surówka wielowarzywna 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,
II Śniadanie: jabłko 150 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, rzodkiewka 40g 40 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1815.65 kcal; Białko ogółem: 90.62 g; Tłuszcz: 52.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.1 g; Węglowodany ogółem: 258.91 g; suma cukrów prostych: 44.32 g; Błonnik pokarmowy: 47.93 g; Sól: 7.28 g; WW: 21.28 Por; Cholesterol: 64.3 mg;

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 250 ml,	.pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, .ryba gotowana 120 g ( <u>GLU, RYB</u> ), sos do obiadu 100 g, .surówka wielowarzywna 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, rzodkiewka 40g 40 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2212.19 kcal; Białko ogółem: 101.02 g; Tłuszcz: 67.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.58 g; Węglowodany ogółem: 321.84 g; suma cukrów prostych: 44.29 g; Błonnik pokarmowy: 49.87 g; Sól: 10.99 g; WW: 27.42 Por; Cholesterol: 102.6 mg;

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g, jabłko gotowane 150 g, Herbata czarna z/c 400 ml, margaryna 15 g,	.pomidorowa z ryżem b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL, może zawierać: SEL, GOR</u> ), .ziemiaki 200 g, .ryba gotowana 120 g ( <u>GLU, RYB</u> ), 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> ), margaryna 15 g, pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), dżem owocowy 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 30g 30 g, margaryna 5g 5 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1981.42 kcal; Białko ogółem: 97.28 g; Tłuszcz: 52.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.78 g; Węglowodany ogółem: 288.89 g; suma cukrów prostych: 65 g; Błonnik pokarmowy: 26.25 g; Sól: 11.33 g; WW: 26.56 Por; Cholesterol: 0 mg;

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna z/c 400 ml,	.pomidorowa z ryżem b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL, może zawierać: SEL, GOR</u> ), .ziemiaki 200 g, .ryba gotowana 120 g ( <u>GLU, RYB</u> ), .surówka wielowarzywna 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml, sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g,	chleb mieszany psz.-żyt. 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> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: jabłko 150 g, chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g, wędlina 30g 30 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2089.7 kcal; Białko ogółem: 98.2 g; Tłuszcz: 59.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.53 g; Węglowodany ogółem: 309.49 g; suma cukrów prostych: 62.36 g; Błonnik pokarmowy: 51.78 g; Sól: 8.79 g; WW: 26.11 Por; Cholesterol: 1.5 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Atopowa		
wafle ryżowe 40 g , margaryna sztukowa 15g 2 szt , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	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/gaz 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.: 1776.89 kcal; Białko ogółem: 60.56 g; Tłuszcz: 58.43 g; Kw.ł.nas.ogółem: 7.91 g; Węglowodany ogółem: 259.54 g; suma cukrów prostych: 73.83 g; Błonnik pokarmowy: 38.62 g; Sól: 1.98 g; WW: 22.36 Por; Cholesterol: 138.52 mg;

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , 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 , .ryba gotowana b/glu 120 g ( <u>RYB</u> ), .surówka wielowarzywna 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: jabłko 150 g , chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1991.16 kcal; Białko ogółem: 89.47 g; Tłuszcz: 86.66 g; Kw.ł.nas.ogółem: 24.68 g; Węglowodany ogółem: 220.94 g; suma cukrów prostych: 55 g; Błonnik pokarmowy: 24.14 g; Sól: 4.71 g; WW: 19.9 Por; Cholesterol: 107.48 mg;

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g ,	.pomidorowa z ryżem b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL, GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .ryba gotowana b/glu 120 g ( <u>RYB</u> ), .surówka wielowarzywna 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,
		Posiłek nocny: jabłko 150 g , chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , wędlina 30g 30 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2031.58 kcal; Białko ogółem: 94.39 g; Tłuszcz: 81.91 g; Kw.ł.nas.ogółem: 1.26 g; Węglowodany ogółem: 238.62 g; suma cukrów prostych: 73.24 g; Błonnik pokarmowy: 24.54 g; Sól: 4.81 g; WW: 21.61 Por; Cholesterol: 0 mg;

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 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> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , .ryba gotowana b/glu 120 g ( <u>RYB</u> ), .sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .surówka wielowarzywna 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , rzodkiewka 40g 40 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2194.13 kcal; Białko ogółem: 97.56 g; Tłuszcz: 92.11 g; Kw.ł.nas.ogółem: 23.35 g; Węglowodany ogółem: 257.63 g; suma cukrów prostych: 33.04 g; Błonnik pokarmowy: 22.52 g; Sól: 7.11 g; WW: 23.68 Por; Cholesterol: 99.2 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 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> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , .ryba gotowana 120 g ( <u>GLU, RYB</u> ), sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .surówka wielowarzywna 150 g ( <u>SEL</u> ), .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> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g , wędlina 30g 30 g , rzodkiewka 40g 40 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2209.25 kcal; Białko ogółem: 103.23 g; Tłuszcz: 66.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.8 g; Węglowodany ogółem: 322.97 g; suma cukrów prostych: 43.7 g; Błonnik pokarmowy: 49.96 g; Sól: 11.53 g; WW: 27.54 Por; Cholesterol: 3.4 mg;

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
margaryna 15 g , wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 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> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , .ryba gotowana b/glu 120 g ( <u>RYB</u> ), sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .surówka wielowarzywna 150 g ( <u>SEL</u> ), .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> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , wędlina 30g 30 g , rzodkiewka 40g 40 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2218.83 kcal; Białko ogółem: 102.37 g; Tłuszcz: 94.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.75 g; Węglowodany ogółem: 256.48 g; suma cukrów prostych: 32.8 g; Błonnik pokarmowy: 22.52 g; Sól: 7.21 g; WW: 23.56 Por; Cholesterol: 0 mg;

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
wędlina 50 g , jabłko gotowane 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), chleb PKU 120g 120 g ,	.pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , pulpet rybny 50 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), sos do obiadu 100 g , cukinia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb PKU 30g 30 g , wędlina 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1984.54 kcal; Białko ogółem: 49.68 g; Tłuszcz: 68.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 289.62 g; suma cukrów prostych: 64.2 g; Błonnik pokarmowy: 18.24 g; Sól: 7.72 g; WW: 27.29 Por; Cholesterol: 153.94 mg;

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 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. 10 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 KUCHNIA MLECZNA 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. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 50 g ( <u>SEL</u> ), kakao 30 g ( <u>GLU</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2343.36 kcal; Białko ogółem: 93.2 g; Tłuszcz: 82.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.8 g; Węglowodany ogółem: 230.75 g; suma cukrów prostych: 32.5 g; Błonnik pokarmowy: 23.46 g; Sól: 4.99 g; WW: 20.96 Por; Cholesterol: 774.63 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-26			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 20 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 30 g ( <u>GLU</u> ), jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2039.73 kcal; Białko ogółem: 101.05 g; Tłuszcz: 72.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 251.23 g; suma cukrów prostych: 58.39 g; Błonnik pokarmowy: 30.78 g; Sól: 7.53 g; WW: 22.29 Por; Cholesterol: 719.56 mg;

piątek 2024-04-26			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 KUCHNIA MLECZNA 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 KUCHNIA MLECZNA 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: 39.14 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: .79 g; WW: 24.24 Por; Cholesterol: 0 mg;

piątek 2024-04-26			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS			
dżem 2 szt. ots 50 g, jogurt naturalny 1szt. ots 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, płatki jęczmieńne na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ),		zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko ots 200 g, gulasz segetyński ots 250 g ( <u>GLU</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), kapusta biała zasmażana ots 150 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,		chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), serek wiejski - ots 200 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. - ots 50 g, bukiet warzyw mar./brok./kalaf. ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),		
					Posiłek nocny: ciasto jogurtowe 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 1 szt,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3284.99 kcal; Białko ogółem: 150.56 g; Tłuszcz: 120.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.91 g; Węglowodany ogółem: 413.36 g; suma cukrów prostych: 86.13 g; Błonnik pokarmowy: 37.57 g; Sól: 9.38 g; WW: 37.75 Por; Cholesterol: 795.63 mg;

piątek 2024-04-26			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> ), jogurt naturalny 1szt. ots 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, pomidor b/skóry - ots 100 g, płatki jęczmieńne 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> ), kasza gryczana na sypko ots 200 g, gulasz segetyński ots 250 g ( <u>GLU</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), kapusta biała zasmażana ots 150 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,		chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. ots 100 g, serek wiejski - ots 200 g ( <u>MLE</u> ), hummus ots 1 szt ( <u>SEZ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),		
					Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml 1 szt,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3153.91 kcal; Białko ogółem: 157.16 g; Tłuszcz: 143.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.78 g; Węglowodany ogółem: 321.86 g; suma cukrów prostych: 57.38 g; Błonnik pokarmowy: 36.92 g; Sól: 8.08 g; WW: 28.65 Por; Cholesterol: 770.13 mg;

piątek 2024-04-26			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

piątek 2024-04-26 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: 30.89 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: .26 g; WW: 21.02 Por; Cholesterol: 0 mg;

piątek 2024-04-26 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: 37.79 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: .56 g; WW: 26.27 Por; Cholesterol: 0 mg;

piątek 2024-04-26 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: 41.88 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: 1.09 g; WW: 22.97 Por; Cholesterol: 69.05 mg;

piątek 2024-04-26 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 KUCHNIA MLECZNA 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 KUCHNIA MLECZNA 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;

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 50g 50 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> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,	grysikowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), kakao 30 g ( <u>GLU</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2087.32 kcal; Białko ogółem: 73.27 g; Tłuszcz: 59.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.75 g; Węglowodany ogółem: 233.89 g; suma cukrów prostych: 44.87 g; Błonnik pokarmowy: 34.93 g; Sól: 2.93 g; WW: 20.07 Por; Cholesterol: 234.19 mg;

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
wafle ryżowe 40 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 40 g , margaryna sztukowa 15g 2 szt , 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.: 1607.04 kcal; Białko ogółem: 58.39 g; Tłuszcz: 49.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.93 g; Węglowodany ogółem: 237.21 g; suma cukrów prostych: 20.6 g; Błonnik pokarmowy: 14.66 g; Sól: 1.54 g; WW: 22.48 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-26		Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa
masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ), jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna z/c 250 ml, chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <b>GLU</b> ),	krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g ( <b>GLU</b> ), 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 ( <b>GLU</b> ), woda n/gaz 0,5L 1 szt,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), pasta z jaj 100 g ( <b>JAJ, MLE</b> ), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 250 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <b>MLE</b> ),		Posiłek nocny: banan 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1920.21 kcal; Białko ogółem: 81.92 g; Tłuszcz: 68.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.09 g; Węglowodany ogółem: 276.48 g; suma cukrów prostych: 98.94 g; Błonnik pokarmowy: 52.88 g; Sól: 4.71 g; WW: 22.68 Por; Cholesterol: 649.23 mg;

piątek 2024-04-26		Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny
	.pomidorowa z makaronem 400 g ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</b> ), ziemniaki 200 g, filety rybne smażone 110 g ( <b>GLU, JAJ, RYB, MLE</b> ), surówka wielowarzywna 150 g ( <b>SEL</b> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml, sos do obiadu 100 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 907.4 kcal; Białko ogółem: 34.64 g; Tłuszcz: 44.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.62 g; Węglowodany ogółem: 96.4 g; suma cukrów prostych: 17.79 g; Błonnik pokarmowy: 13.13 g; Sól: 4.44 g; WW: 8.46 Por; Cholesterol: 28.18 mg;

piątek 2024-04-26		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji
kasza kukurydziana na mleku 300 g ( <b>MLE</b> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	.pomidorowa z makaronem 400 g ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</b> ), ziemniaki 200 g, ryba gotowana 120 g ( <b>GLU, RYB</b> ), sos do obiadu 100 g, cukinia gotowana 150 g, kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), serek do smarowania 80 g ( <b>MLE</b> ), pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <b>SEL</b> ),		Posiłek nocny: jabłko 150 g, chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), wędlina 30g 30 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2390.66 kcal; Białko ogółem: 113.45 g; Tłuszcz: 74.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.92 g; Węglowodany ogółem: 326.84 g; suma cukrów prostych: 78.39 g; Błonnik pokarmowy: 32.54 g; Sól: 15.1 g; WW: 29.79 Por; Cholesterol: 217.88 mg;

piątek 2024-04-26		Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), wędlina 100g 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna z/c 400 ml, chleb razowy 120g 120 g ( <b>GLU</b> ),	.pomidorowa z makaronem 400 g ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</b> ), ziemniaki 200 g, ryba gotowana 120 g ( <b>GLU, RYB</b> ), cukinia gotowana 150 g, kompot z porzeczek czarnych 250 ml, sos do obiadu 100 g, ryba gotowana 120 g ( <b>GLU, RYB</b> ),	chleb razowy 120g 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), serek do smarowania 80 g ( <b>MLE</b> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <b>SEL</b> ), chleb razowy 30g 30 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ),		Posiłek nocny: jabłko 150 g, chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), wędlina 30g 30 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2428.16 kcal; Białko ogółem: 138.58 g; Tłuszcz: 80.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.3 g; Węglowodany ogółem: 303.71 g; suma cukrów prostych: 73.5 g; Błonnik pokarmowy: 48.85 g; Sól: 13.24 g; WW: 25.76 Por; Cholesterol: 225.88 mg;

piątek 2024-04-26		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA
chleb mieszany psz.-żył. 70 g 70 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), pasztet sojowy 113 g ( <b>SOJ</b> ), sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	.pomidorowa z makaronem 400 g ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</b> ), ziemniaki 200 g, filety rybne smażone 110 g ( <b>GLU, JAJ, RYB, MLE</b> ), surówka wielowarzywna 150 g ( <b>SEL</b> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml, sos do obiadu 100 g,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g 70 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), Sałatka z soczewicy 150 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: jabłko 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2441.46 kcal; Białko ogółem: 72.37 g; Tłuszcz: 104.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.55 g; Węglowodany ogółem: 314.08 g; suma cukrów prostych: 61.11 g; Błonnik pokarmowy: 51.44 g; Sól: 7.84 g; WW: 26.63 Por; Cholesterol: 111.86 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-04-26			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasztet sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ), salata zielona 8g 8 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 , Kottlety sojowe 100 g ( <u>SOJ</u> ), .surówka wielowarzywna 150 g ( <u>SEL</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> ), margaryna 15 g , Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: jabłko 150 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1999.4 kcal; Białko ogółem: 60.62g; Tłuszcz: 69.35g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.21g; Węglowodany ogółem: 290.37g; suma cukrów prostych: 60.74g; Błonnik pokarmowy: 47.57g; Sól: 8.23g; WW: 24.6 Por; Cholesterol: 1mg;

piątek 2024-04-26			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , .kasza kukurydziana na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), 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 , .ryba gotowana 120 g ( <u>GLU, RYB</u> ), .cukinia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	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 , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g , herbatniki 50 g ( <u>GLU, SOJ</u> ),		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g , chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2634.3 kcal; Białko ogółem: 108.61g; Tłuszcz: 73.45g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.45g; Węglowodany ogółem: 389.51g; suma cukrów prostych: 111.93g; Błonnik pokarmowy: 32.61g; Sól: 10.69g; WW: 35.93 Por; Cholesterol: 128.48mg;

piątek 2024-04-26			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , .kasza kukurydziana na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), 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 , .ryba gotowana 120 g ( <u>GLU, RYB</u> ), .cukinia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	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> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ),	Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g , chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2490.02 kcal; Białko ogółem: 115.39g; Tłuszcz: 73.15g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.63g; Węglowodany ogółem: 358.49g; suma cukrów prostych: 84.61g; Błonnik pokarmowy: 56.19g; Sól: 14.07g; WW: 30.47 Por; Cholesterol: 112.08mg;

piątek 2024-04-26			Jadłospis dla diety: Cukrzyca b/glutenu b/soi		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 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> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , Kottlety sojowe 100 g ( <u>SOJ</u> ), sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .surówka wielowarzywna 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , rzodkiewka 40g 40 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2201.87 kcal; Białko ogółem: 93.32g; Tłuszcz: 89.43g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.35g; Węglowodany ogółem: 266.43g; suma cukrów prostych: 33.04g; Błonnik pokarmowy: 22.52g; Sól: 7.21g; WW: 24.56 Por; Cholesterol: 99.2mg;

piątek 2024-04-26			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , .kasza kukurydziana na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 100 g ( <u>GLU</u> ),	.pomidorowa z makaronem 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, może zawierać: SEL, GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .ryba gotowana 120 g ( <u>GLU, RYB</u> ), .cukinia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g , sos do obiadu 100 g ,	chleb mieszany psz.-żył. 100 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 ,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g , herbatniki 50 g ( <u>GLU, SOJ</u> ),		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g , chleb mieszany psz.-żył. 50 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2566.32 kcal; Białko ogółem: 102.5g; Tłuszcz: 78.86g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.58g; Węglowodany ogółem: 372.04g; suma cukrów prostych: 113.98g; Błonnik pokarmowy: 44.03g; Sól: 9.97g; WW: 33.1 Por; Cholesterol: 128.48mg;