

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>sobota 2024-05-11</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), serek do smarowania 80 g ( <b>MLE</b> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.żurek z kefirem 400 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</b> ), .kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <b>GLU</b> ), .pieczeń rzymska 80 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), .surówka wielowarzywna 150 g ( <b>SEL</b> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), wędlna 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> kefir 1szt. 150 g ( <b>MLE</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2299.47 kcal; Białko ogółem: 90.06 g; Tłuszcz: 78.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.97 g; Węglowodany ogółem: 318.93 g; suma cukrów prostych: 43.93 g; Błonnik pokarmowy: 41.41 g; Sól: 9.17 g; WW: 28.05 Por; Cholesterol: 244.42 mg;

<b>sobota 2024-05-11</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), serek do smarowania 80 g ( <b>MLE</b> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , zacierka na mleku 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	.żurek z kefirem 400 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</b> ), .kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <b>GLU</b> ), .pieczeń rzymska 80 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), .surówka wielowarzywna 150 g ( <b>SEL</b> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), wędlna 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> kefir 1szt. 150 g ( <b>MLE</b> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2548.32 kcal; Białko ogółem: 102.51 g; Tłuszcz: 84.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.95 g; Węglowodany ogółem: 356.57 g; suma cukrów prostych: 57.26 g; Błonnik pokarmowy: 42.58 g; Sól: 9.45 g; WW: 31.72 Por; Cholesterol: 264.42 mg;

<b>sobota 2024-05-11</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), serek do smarowania 80 g ( <b>MLE</b> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.żurek z kefirem 400 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</b> ), .kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <b>GLU</b> ), .pieczeń rzymska 80 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), .surówka wielowarzywna 150 g ( <b>SEL</b> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), wędlna 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> chleb razowy 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), papryka świeża 100 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> kefir 1szt. 150 g ( <b>MLE</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2512.89 kcal; Białko ogółem: 94.57 g; Tłuszcz: 87.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.66 g; Węglowodany ogółem: 349.17 g; suma cukrów prostych: 48.91 g; Błonnik pokarmowy: 46.86 g; Sól: 9.81 g; WW: 30.55 Por; Cholesterol: 269.72 mg;

<b>sobota 2024-05-11</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), serek do smarowania 80 g ( <b>MLE</b> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.żurek z kefirem 400 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</b> ), .kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <b>GLU</b> ), .pieczeń rzymska 80 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), .surówka wielowarzywna 150 g ( <b>SEL</b> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), wędlna 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), papryka świeża 100 g , sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <b>MLE</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2832.39 kcal; Białko ogółem: 113.44 g; Tłuszcz: 91.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.25 g; Węglowodany ogółem: 408.39 g; suma cukrów prostych: 88.57 g; Błonnik pokarmowy: 50.97 g; Sól: 12.53 g; WW: 36.05 Por; Cholesterol: 290.72 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-05-11			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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	.żurek z kefirem 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), .marchew gotowana 150 g , .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> ), wędlina 50 g , .cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g ,		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2821.78 kcal; Białko ogółem: 106.37 g; Tłuszcz: 95.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.37 g; Węglowodany ogółem: 399.24 g; suma cukrów prostych: 74.07 g; Błonnik pokarmowy: 44.86 g; Sól: 15.06 g; WW: 35.74 Por; Cholesterol: 289.72 mg;

sobota 2024-05-11			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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.żurek z kefirem 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</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> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2832.39 kcal; Białko ogółem: 113.44 g; Tłuszcz: 91.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.25 g; Węglowodany ogółem: 408.39 g; suma cukrów prostych: 88.57 g; Błonnik pokarmowy: 50.97 g; Sól: 12.53 g; WW: 36.05 Por; Cholesterol: 290.72 mg;

sobota 2024-05-11			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</u> ), .kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos do obiadu 100 g , surówka z marchwi i jabłka - dieta 150 g ( <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: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2197.58 kcal; Białko ogółem: 96.91 g; Tłuszcz: 72.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.77 g; Węglowodany ogółem: 301.52 g; suma cukrów prostych: 49.47 g; Błonnik pokarmowy: 21.97 g; Sól: 4.04 g; WW: 28.31 Por; Cholesterol: 229.74 mg;

sobota 2024-05-11			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</u> ), .kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos do obiadu 100 g , surówka z marchwi i jabłka - dieta 150 g ( <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: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g ,		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2566.38 kcal; Białko ogółem: 101.28 g; Tłuszcz: 81.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.39 g; Węglowodany ogółem: 369.99 g; suma cukrów prostych: 52.43 g; Błonnik pokarmowy: 23.32 g; Sól: 4.63 g; WW: 35.12 Por; Cholesterol: 254.54 mg;

sobota 2024-05-11			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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</u> ), .kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos do obiadu 100 g , surówka z marchwi i jabłka - dieta 150 g ( <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> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,	Podwieczorek: serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2325.03 kcal; Białko ogółem: 111.58 g; Tłuszcz: 93.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.85 g; Węglowodany ogółem: 279.23 g; suma cukrów prostych: 38.03 g; Błonnik pokarmowy: 40.37 g; Sól: 6.93 g; WW: 24.23 Por; Cholesterol: 321.44 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-05-11			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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.żurek z kefirem 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</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> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,			
II Śniadanie: papryka świeża 100 g ,		Posiłek nocny: sałata zielona 8g 8 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1970.14 kcal; Białko ogółem: 84.78 g; Tłuszcz: 72.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.16 g; Węglowodany ogółem: 272.31 g; suma cukrów prostych: 32.28 g; Błonnik pokarmowy: 38.81 g; Sól: 8.56 g; WW: 23.61 Por; Cholesterol: 231.84 mg;

sobota 2024-05-11			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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.żurek z kefirem 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</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> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g , wędlina 30g 0 g ,		Posiłek nocny: ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2616.63 kcal; Białko ogółem: 96.32 g; Tłuszcz: 104.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.91 g; Węglowodany ogółem: 352.05 g; suma cukrów prostych: 44.15 g; Błonnik pokarmowy: 47.44 g; Sól: 12.31 g; WW: 30.77 Por; Cholesterol: 304.19 mg;

sobota 2024-05-11			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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.żurek z kefirem 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</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> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2238.86 kcal; Białko ogółem: 93.66 g; Tłuszcz: 84.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.78 g; Węglowodany ogółem: 297.58 g; suma cukrów prostych: 33.87 g; Błonnik pokarmowy: 42.72 g; Sól: 9.2 g; WW: 25.76 Por; Cholesterol: 257.14 mg;

sobota 2024-05-11			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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	.żurek z kefirem 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</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> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,	Podwieczorek: serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2781.84 kcal; Białko ogółem: 130.61 g; Tłuszcz: 109.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.22 g; Węglowodany ogółem: 339.68 g; suma cukrów prostych: 52.8 g; Błonnik pokarmowy: 42.72 g; Sól: 11.38 g; WW: 30.04 Por; Cholesterol: 340.22 mg;

sobota 2024-05-11			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),	zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos do obiadu 100 g , .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , .cukinia gotowana 150 g ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 50 g ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1993.85 kcal; Białko ogółem: 105.29 g; Tłuszcz: 54.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.96 g; Węglowodany ogółem: 282.24 g; suma cukrów prostych: 19.69 g; Błonnik pokarmowy: 21.94 g; Sól: 11.15 g; WW: 26.34 Por; Cholesterol: 190.53 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-05-11			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
masło 82% tł. 20g 20g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100g, Herbata czarna b/c 400ml, chleb PKU 120g 120g,	zupa ziemniaczana 400g ( <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmiennie z warzywami wegetariańskie 300g ( <u>GLU, SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250ml,	chleb PKU 120g 120g, masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100g ( <u>SEL, może zawierać: SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400ml, .cukinia gotowana 150g,			
II Śniadanie: chleb PKU 50g, masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30g,		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2083.23 kcal; Białko ogółem: 45.56 g; Tłuszcz: 83.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.45 g; Węglowodany ogółem: 298.34 g; suma cukrów prostych: 26.84 g; Błonnik pokarmowy: 16.47 g; Sól: 6.39 g; WW: 28.23 Por; Cholesterol: 154.7 mg;

sobota 2024-05-11			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120g ( <u>GLU</u> ), serek homogenizowany nat. 150g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100g, Herbata czarna z/c 400ml, masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ),	zupa ziemniaczana 400g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200g, .pieczeń rzymska 80g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos do obiadu 100g, .marchew gotowana 150g, .kompot z porzeczek czarnych 250ml,	chleb pszenny krojony 120g 120g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50g, dżem owocowy 25g, Herbata czarna z/c 400ml, masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50g ( <u>GLU</u> ), miód 2 szt. 50g,		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2006.3 kcal; Białko ogółem: 85.83 g; Tłuszcz: 52.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.57 g; Węglowodany ogółem: 308.48 g; suma cukrów prostych: 45.63 g; Błonnik pokarmowy: 18.7 g; Sól: 7.31 g; WW: 29.41 Por; Cholesterol: 173.73 mg;

sobota 2024-05-11			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
chleb pszenny krojony 120g 120g ( <u>GLU</u> ), serek homogenizowany nat. 150g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100g, Herbata czarna z/c 400ml, masło 82% tł. 16,67g 16,67g ( <u>MLE</u> ), zacierka na mleku 300g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	zupa ziemniaczana 400g ( <u>SEL</u> ), .kasza jęczmienna na sypko 200g ( <u>GLU</u> ), .pieczeń rzymska 80g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos do obiadu 100g, .marchew gotowana 150g, .kompot z porzeczek czarnych 250ml,	chleb pszenny krojony 120g 120g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50g, dżem owocowy 25g, Herbata czarna z/c 400ml, masło 82% tł. 16,67g 16,67g ( <u>MLE</u> ),			
		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2280.22 kcal; Białko ogółem: 96.72 g; Tłuszcz: 78.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.34 g; Węglowodany ogółem: 309.78 g; suma cukrów prostych: 54.19 g; Błonnik pokarmowy: 20.19 g; Sól: 6.89 g; WW: 29.29 Por; Cholesterol: 226.81 mg;

sobota 2024-05-11			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100g, Herbata czarna z/c 400ml, zacierka na mleku 300g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	.żurek z kefirem 400g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .kasza jęczmienna na sypko 200g ( <u>GLU</u> ), .pieczeń rzymska 80g ( <u>GLU, JAJ</u> ), .surówka wielowarzywna 150g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250ml, sos do obiadu 100g,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50g, pomidor 100g, Herbata czarna z/c 400ml,			
II Śniadanie: chleb mieszany psz.-żyt. 50 50g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100g, serek wiejski 200g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2965.59 kcal; Białko ogółem: 131.42 g; Tłuszcz: 102.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.85 g; Węglowodany ogółem: 392.87 g; suma cukrów prostych: 66.86 g; Błonnik pokarmowy: 46.71 g; Sól: 11.87 g; WW: 35.01 Por; Cholesterol: 319.22 mg;

sobota 2024-05-11			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),	płynna - obiad 600ml,	płynna - kolacja 350ml ( <u>MLE, SEL</u> ),			
II Śniadanie: płynna - II śniad 200ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200ml ( <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 2024-05-11			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;

sobota 2024-05-11			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),		zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g , .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,		chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , .ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ),	
			Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2284.25 kcal; Białko ogółem: 98.89 g; Tłuszcz: 81.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.1 g; Węglowodany ogółem: 288.08 g; suma cukrów prostych: 48.14 g; Błonnik pokarmowy: 18.88 g; Sól: 10.38 g; WW: 27.21 Por; Cholesterol: 298.26 mg;

sobota 2024-05-11			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ),		zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g , .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,		chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , .ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ),	
II Śniadanie: serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ),			Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2434.5 kcal; Białko ogółem: 113.25 g; Tłuszcz: 103.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.57 g; Węglowodany ogółem: 261.78 g; suma cukrów prostych: 24.67 g; Błonnik pokarmowy: 19.48 g; Sól: 12 g; WW: 24.56 Por; Cholesterol: 343.86 mg;

sobota 2024-05-11			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ),		zupa ziemniaczana 300 g ( <u>SEL</u> ), .kasza jęczmienna na sypko 150 g ( <u>GLU</u> ), .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 150 g ( <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,		chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: kiwi 100 g ,			Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1764.4 kcal; Białko ogółem: 81.96 g; Tłuszcz: 47.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.17 g; Węglowodany ogółem: 260.83 g; suma cukrów prostych: 33.41 g; Błonnik pokarmowy: 39.73 g; Sól: 5.45 g; WW: 22.34 Por; Cholesterol: 192.24 mg;

sobota 2024-05-11			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
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> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		.żurek z kefirem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</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> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,	
			Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2134.72 kcal; Białko ogółem: 87 g; Tłuszcz: 84.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.78 g; Węglowodany ogółem: 265.02 g; suma cukrów prostych: 27.65 g; Błonnik pokarmowy: 37.27 g; Sól: 9.16 g; WW: 22.98 Por; Cholesterol: 299.82 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-05-11			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , miód 2 szt. 50 g ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), .kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), miód 2 szt. 50 g ,		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2366.86 kcal; Białko ogółem: 78.65 g; Tłuszcz: 63.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.8 g; Węglowodany ogółem: 383.29 g; suma cukrów prostych: 42.84 g; Błonnik pokarmowy: 24.7 g; Sól: 8.78 g; WW: 36.26 Por; Cholesterol: 122.63 mg;

sobota 2024-05-11			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 , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), .kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</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 mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , pomidor 100 g ,			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2222.77 kcal; Białko ogółem: 76.4 g; Tłuszcz: 67.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.41 g; Węglowodany ogółem: 348.01 g; suma cukrów prostych: 50.45 g; Błonnik pokarmowy: 42.71 g; Sól: 6.76 g; WW: 30.86 Por; Cholesterol: 123.63 mg;

sobota 2024-05-11			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 , .sos mięsny 150 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ),	Herbata czarna z/c 250 ml ,			
II Śniadanie: kisiel z jablek z/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Mus z jablek z/c 150 g , ryż na wodzie 200 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1979.39 kcal; Białko ogółem: 70.66 g; Tłuszcz: 72.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.92 g; Węglowodany ogółem: 269.17 g; suma cukrów prostych: 75.53 g; Błonnik pokarmowy: 39.59 g; Sól: 5.05 g; WW: 23.24 Por; Cholesterol: 164.1 mg;

sobota 2024-05-11			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , miód 2 szt. 50 g ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .pieczeń rzymska b/glu 80 g ( <u>JAJ</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> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2021.39 kcal; Białko ogółem: 79.46 g; Tłuszcz: 93.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.66 g; Węglowodany ogółem: 226.11 g; suma cukrów prostych: 40.63 g; Błonnik pokarmowy: 12.26 g; Sól: 1.65 g; WW: 21.7 Por; Cholesterol: 206.81 mg;

sobota 2024-05-11			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , miód 2 szt. 50 g ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .pieczeń rzymska b/glu 80 g ( <u>JAJ</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 mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1928.48 kcal; Białko ogółem: 69.37 g; Tłuszcz: 83.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.95 g; Węglowodany ogółem: 234.82 g; suma cukrów prostych: 45.23 g; Błonnik pokarmowy: 15.62 g; Sól: 3.21 g; WW: 22.16 Por; Cholesterol: 122.63 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-05-11			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .pieczeń rzymska b/glu 80 g ( <u>JAJ</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> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1949.48 kcal; Białko ogółem: 83.86 g; Tłuszcz: 101.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.09 g; Węglowodany ogółem: 184.37 g; suma cukrów prostych: 23.32 g; Błonnik pokarmowy: 13.77 g; Sól: 1.93 g; WW: 17.28 Por; Cholesterol: 252.53 mg;

sobota 2024-05-11			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 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), .kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</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 mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g , papryka świeża 100 g ,		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1983.77 kcal; Białko ogółem: 76.6 g; Tłuszcz: 70.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.25 g; Węglowodany ogółem: 281.73 g; suma cukrów prostych: 36.44 g; Błonnik pokarmowy: 43.96 g; Sól: 7.09 g; WW: 23.98 Por; Cholesterol: 125.53 mg;

sobota 2024-05-11			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .pieczeń rzymska b/glu 80 g ( <u>JAJ</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 mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g ,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , papryka świeża 100 g ,		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1999.73 kcal; Białko ogółem: 80.96 g; Tłuszcz: 105.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.65 g; Węglowodany ogółem: 192.25 g; suma cukrów prostych: 27.94 g; Błonnik pokarmowy: 17.07 g; Sól: 3.74 g; WW: 17.78 Por; Cholesterol: 678.18 mg;

sobota 2024-05-11			Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.żurek z kefirem 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: SEL</u> ), .surówka wielowarzywna 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL, może zawierać: SEL</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2345.59 kcal; Białko ogółem: 72.49 g; Tłuszcz: 81.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.97 g; Węglowodany ogółem: 338.55 g; suma cukrów prostych: 48.98 g; Błonnik pokarmowy: 43.53 g; Sól: 9.99 g; WW: 29.73 Por; Cholesterol: 175.79 mg;

sobota 2024-05-11			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb PKU 120g 120 g , miód 2 szt. 50 g ,	zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmiennie z warzywami roślinnymi 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb PKU 120g 120 g , 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 400 ml , .cukinia gotowana 150 g ,			
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2057.25 kcal; Białko ogółem: 49.38 g; Tłuszcz: 75.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.88 g; Węglowodany ogółem: 306.63 g; suma cukrów prostych: 28.75 g; Błonnik pokarmowy: 16.39 g; Sól: 6.6 g; WW: 29.15 Por; Cholesterol: 183.9 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-05-11			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, .sos mięsny 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),		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 30g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <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.: 2545.86 kcal; Białko ogółem: 103.3 g; Tłuszcz: 96.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.81 g; Węglowodany ogółem: 240.38 g; suma cukrów prostych: 34.2 g; Błonnik pokarmowy: 24.43 g; Sól: 8.06 g; WW: 21.84 Por; Cholesterol: 800.21 mg;

sobota 2024-05-11			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, .sos mięsny 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),		chleb pszenny krojony 50g 50g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50g, sałata zielona 20g, pomidor 100g, Herbata czarna b/c 250 ml,	
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100g,				Posiłek nocny: kakao 30g ( <u>GLU</u> ), jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2242.23 kcal; Białko ogółem: 111.15 g; Tłuszcz: 85.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.19 g; Węglowodany ogółem: 260.86 g; suma cukrów prostych: 60.09 g; Błonnik pokarmowy: 31.75 g; Sól: 10.6 g; WW: 23.17 Por; Cholesterol: 745.14 mg;

sobota 2024-05-11			Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml, suchary 50g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), kleik ryżowy na wodzie 250 ml,		zupa ziemniaczana 400g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200g, marchewka gotowana z olejem 100g, Herbata czarna b/c 200 ml, .sos mięsny 150g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),		kleik ryżowy na wodzie 200 ml, suchary 50g ( <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 50g ( <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 50g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1568.82 kcal; Białko ogółem: 49.24 g; Tłuszcz: 34.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.11 g; Węglowodany ogółem: 269.4 g; suma cukrów prostych: 12.12 g; Błonnik pokarmowy: 19.12 g; Sól: 3.86 g; WW: 25.12 Por; Cholesterol: 25.58 mg;

sobota 2024-05-11			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
płatki owsiane na mleku ots 400g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb graham ots 90g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania OTS 80g ( <u>MLE</u> ), pomidor b/skóry ots 100g, Herbata czarna b/c 250 ml,		zupa ziemniaczana 400g ( <u>SEL</u> ), Kasza jęczmienna na sytko 200g ( <u>GLU</u> ), pieczeń rzymska 80g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos do obiadu 100g, surówka z marchwi i jabłka - dieta 100g ( <u>MLE</u> ),		chleb graham ots 90g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, wędlina pakow. hermet. 100g ots 1 szt, włoszczyzna 3 skl. gotowana 100g ( <u>SEL</u> ),	
				Posiłek nocny: herbatniki ots 50g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ), serek wiejski - ots 200g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2417.54 kcal; Białko ogółem: 126.15 g; Tłuszcz: 87.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.6 g; Węglowodany ogółem: 292.1 g; suma cukrów prostych: 55.35 g; Błonnik pokarmowy: 28.63 g; Sól: 6.72 g; WW: 26.46 Por; Cholesterol: 313.05 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-05-11			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
płatki owsiane na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania OTS 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</u> ), Kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos do obiadu 100 g , kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml , surówka z marchwi i jabłka - dieta 0 g ( <u>MLE</u> ),	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), ser żółty plastry - 100g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ),			
		Posiłek nocny: serek wiejski - ots 200 g ( <u>MLE</u> ), chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2546.72 kcal; Białko ogółem: 131.77 g; Tłuszcz: 113.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 58.47 g; Węglowodany ogółem: 258.43 g; suma cukrów prostych: 32.59 g; Błonnik pokarmowy: 25.84 g; Sól: 8.69 g; WW: 23.29 Por; Cholesterol: 398.3 mg;

sobota 2024-05-11			Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu		
chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g ,	chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , .sos mięsny 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 963.9 kcal; Białko ogółem: 56.06 g; Tłuszcz: 42.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.87 g; Węglowodany ogółem: 92.79 g; suma cukrów prostych: 2.63 g; Błonnik pokarmowy: 5.02 g; Sól: 4.78 g; WW: 8.86 Por; Cholesterol: 99.98 mg;

sobota 2024-05-11			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 , .sos mięsny 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	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.: 1305.6 kcal; Białko ogółem: 40.99 g; Tłuszcz: 25.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.44 g; Węglowodany ogółem: 228.53 g; suma cukrów prostych: 1.99 g; Błonnik pokarmowy: 9.88 g; Sól: 3.33 g; WW: 21.9 Por; Cholesterol: 25.58 mg;

sobota 2024-05-11			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 , .sos mięsny 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	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.: 1562.7 kcal; Białko ogółem: 47.89 g; Tłuszcz: 26.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.56 g; Węglowodany ogółem: 283.07 g; suma cukrów prostych: 2.05 g; Błonnik pokarmowy: 11.56 g; Sól: 3.63 g; WW: 27.15 Por; Cholesterol: 25.58 mg;

sobota 2024-05-11			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 , .sos mięsny 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	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.: 1506.9 kcal; Białko ogółem: 51.98 g; Tłuszcz: 33.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.28 g; Węglowodany ogółem: 251.51 g; suma cukrów prostych: 7.32 g; Błonnik pokarmowy: 13.84 g; Sól: 4.16 g; WW: 23.85 Por; Cholesterol: 94.63 mg;

sobota 2024-05-11			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> ), .sos mięsny 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</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 kukurydzina na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1169.01 kcal; Białko ogółem: 70.58 g; Tłuszcz: 49.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.27 g; Węglowodany ogółem: 123.63 g; suma cukrów prostych: 52.36 g; Błonnik pokarmowy: 6.64 g; Sól: 5.25 g; WW: 11.69 Por; Cholesterol: 181.29 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-05-11			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 udzca 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,	grysiwka 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 , .sos mięsny 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	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.: 2289.82 kcal; Białko ogółem: 83.37 g; Tłuszcz: 73.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.76 g; Węglowodany ogółem: 243.52 g; suma cukrów prostych: 46.57 g; Błonnik pokarmowy: 35.9 g; Sól: 6 g; WW: 20.95 Por; Cholesterol: 259.77 mg;

sobota 2024-05-11			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 , .sos mięsny 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	wafle ryżowe 40 g , margaryna sztukowa 15g 2 szt , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udzca z indyka 100 g ,			
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1809.54 kcal; Białko ogółem: 68.49 g; Tłuszcz: 63.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 11.94 g; Węglowodany ogółem: 246.84 g; suma cukrów prostych: 22.3 g; Błonnik pokarmowy: 15.63 g; Sól: 4.61 g; WW: 23.36 Por; Cholesterol: 164.8 mg;

sobota 2024-05-11			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.-żyt. 70 70 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/gaz 0,5L 1 szt , .sos mięsny 150 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ),	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 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.: 2122.71 kcal; Białko ogółem: 92.02 g; Tłuszcz: 81.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.1 g; Węglowodany ogółem: 286.11 g; suma cukrów prostych: 100.64 g; Błonnik pokarmowy: 53.85 g; Sól: 7.78 g; WW: 23.56 Por; Cholesterol: 674.81 mg;

sobota 2024-05-11			Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	.żurek z kefirem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .surówka wielowarzywna 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .sos do obiadu 100 g ,				

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 916.97 kcal; Białko ogółem: 34.33 g; Tłuszcz: 30.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.36 g; Węglowodany ogółem: 133.67 g; suma cukrów prostych: 14.73 g; Błonnik pokarmowy: 16.64 g; Sól: 4.99 g; WW: 11.83 Por; Cholesterol: 70.34 mg;

sobota 2024-05-11			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml , zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),	zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</u> ), .kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .sos do obiadu 100 g , .surówka z marchwi i jabłka - dieta 150 g ( <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: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2251.58 kcal; Białko ogółem: 99.31 g; Tłuszcz: 72.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.92 g; Węglowodany ogółem: 312.92 g; suma cukrów prostych: 57.27 g; Błonnik pokarmowy: 25.27 g; Sól: 5.49 g; WW: 29.11 Por; Cholesterol: 229.74 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-05-11			Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej		
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> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.żurek z kefirem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</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> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2646.56 kcal; Białko ogółem: 106.71 g; Tłuszcz: 96.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.85 g; Węglowodany ogółem: 351 g; suma cukrów prostych: 48.91 g; Błonnik pokarmowy: 46.92 g; Sól: 10.1 g; WW: 30.71 Por; Cholesterol: 323.72 mg;

sobota 2024-05-11			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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.żurek z kefirem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .surówka wielowarzywna 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2345.59 kcal; Białko ogółem: 72.49 g; Tłuszcz: 81.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.97 g; Węglowodany ogółem: 338.55 g; suma cukrów prostych: 48.98 g; Błonnik pokarmowy: 43.53 g; Sól: 9.99 g; WW: 29.73 Por; Cholesterol: 175.79 mg;

sobota 2024-05-11			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 , hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), .kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .surówka wielowarzywna 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2302.22 kcal; Białko ogółem: 55.34 g; Tłuszcz: 88.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.82 g; Węglowodany ogółem: 334.35 g; suma cukrów prostych: 52.85 g; Błonnik pokarmowy: 44.77 g; Sól: 7.27 g; WW: 29.18 Por; Cholesterol: 1 mg;

sobota 2024-05-11			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),	zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</u> ), .kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .marchew 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> ), wędlina 50 g , .cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g ,		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2584.19 kcal; Białko ogółem: 100.65 g; Tłuszcz: 88.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.53 g; Węglowodany ogółem: 348.81 g; suma cukrów prostych: 65.87 g; Błonnik pokarmowy: 23.24 g; Sól: 10.99 g; WW: 32.82 Por; Cholesterol: 286.51 mg;

sobota 2024-05-11			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),	.żurek z kefirem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), .marchew 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> ), wędlina 50 g , .cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml ,	Podwieczorek: serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2645.49 kcal; Białko ogółem: 128.92 g; Tłuszcz: 90.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.43 g; Węglowodany ogółem: 343 g; suma cukrów prostych: 53.61 g; Błonnik pokarmowy: 43.56 g; Sól: 18.11 g; WW: 30.19 Por; Cholesterol: 285.53 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-05-11		Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna	
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	.żurek z kefirem 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), .kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), .pieczeń rzymska 80 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), .marchew gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , .cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g ,		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2821.78 kcal; Białko ogółem: 106.37 g; Tłuszcz: 95.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.37 g; Węglowodany ogółem: 399.24 g; suma cukrów prostych: 74.07 g; Błonnik pokarmowy: 44.86 g; Sól: 15.06 g; WW: 35.74 Por; Cholesterol: 289.72 mg;