

## Jadłospisy dla oddziałów

| USK1 W SZCZECINIE  |  |  |
|--|--|--|
| Śniadanie - II Śniadanie   | Obiad - Podwieczorek   | Kolacja - Posiłek nocny  |
| <b>niedziela 2024-05-19</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> ), Herbata czarna z/c 400 ml , Pasta z twarogu z cukrem wanilinowym 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , | .grycikowa z ziemiakami 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .surówka z rzepy, marchwi i jabłek 150 g ( <u>JAJ</u> ), .schab pieczony 80 g , sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , |
|  |  | <b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), biszkopty 20 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2080.18 kcal; Białko ogółem: 88.86 g; Tłuszcz: 62.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.18 g; Węglowodany ogółem: 304.17 g; suma cukrów prostych: 79.53 g; Błonnik pokarmowy: 39.16 g; Sól: 7.42 g; WW: 26.87 Por; Cholesterol: 169.28 mg;

|   |  |  |
|---|--|--|
| <b>niedziela 2024-05-19</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> ), Herbata czarna z/c 400 ml , Pasta z twarogu z cukrem wanilinowym 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | .grycikowa z ziemiakami 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , .surówka z rzepy, marchwi i jabłek 150 g ( <u>JAJ</u> ), .schab pieczony 80 g , sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , |
|   |  | <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), pączek 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,                                      |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2661.19 kcal; Białko ogółem: 110.45 g; Tłuszcz: 86.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.77 g; Węglowodany ogółem: 394.98 g; suma cukrów prostych: 110.57 g; Błonnik pokarmowy: 43.97 g; Sól: 8.16 g; WW: 35.48 Por; Cholesterol: 312.68 mg;

|   |  |   |
|---|--|---|
| <b>niedziela 2024-05-19</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> ), Herbata czarna z/c 400 ml , Pasta z twarogu z cukrem wanilinowym 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), | .grycikowa z ziemiakami 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .surówka z rzepy, marchwi i jabłek 150 g ( <u>JAJ</u> ), .schab pieczony 80 g , sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ),                                 |  | <b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), biszkopty 20 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),                 |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2168.23 kcal; Białko ogółem: 89.63 g; Tłuszcz: 74.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.71 g; Węglowodany ogółem: 296.28 g; suma cukrów prostych: 83.55 g; Błonnik pokarmowy: 39.1 g; Sól: 7.86 g; WW: 26 Por; Cholesterol: 195.98 mg;

|  |  |  |
|--|--|--|
| <b>niedziela 2024-05-19</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> ), Herbata czarna z/c 400 ml , Pasta z twarogu z cukrem wanilinowym 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , | .grycikowa z ziemiakami 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .surówka z rzepy, marchwi i jabłek 150 g ( <u>JAJ</u> ), .schab pieczony 80 g , sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , |
| <b>II Śniadanie:</b> banan 200 g ,   |  | <b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), biszkopty 20 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2157.18 kcal; Białko ogółem: 89.65 g; Tłuszcz: 63.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.55 g; Węglowodany ogółem: 321.47 g; suma cukrów prostych: 112.87 g; Błonnik pokarmowy: 44.24 g; Sól: 7.43 g; WW: 28.13 Por; Cholesterol: 169.28 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-05-19  |  |  | 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> ), Herbata czarna z/c 400 ml , Pasta z twarogu z cukrem wanilinowym 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | .grysikowa z ziemniakami 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , buraczki duszone 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .schab pieczony 80 g , sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 50 g , .marchew gotowana 100 g , |  |  |  |
| II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ),  |  | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), biszkopty 20 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),   |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2634.42 kcal; Białko ogółem: 108.96 g; Tłuszcz: 82.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.45 g; Węglowodany ogółem: 381.16 g; suma cukrów prostych: 95.26 g; Błonnik pokarmowy: 43.71 g; Sól: 10.71 g; WW: 34.03 Por; Cholesterol: 219.83 mg;

| niedziela 2024-05-19   |   |  | 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> ), Herbata czarna z/c 400 ml , Pasta z twarogu z cukrem wanilinowym 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , | .grysikowa z ziemniakami 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .surówka z rzepy, marchwi i jabłek 150 g ( <u>JAJ</u> ), .schab pieczony 80 g , sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , |  |  |  |
| II Śniadanie: banan 200 g ,  |   | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), biszkopty 20 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),   |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2157.18 kcal; Białko ogółem: 89.65 g; Tłuszcz: 63.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.55 g; Węglowodany ogółem: 321.47 g; suma cukrów prostych: 112.87 g; Błonnik pokarmowy: 44.24 g; Sól: 7.43 g; WW: 28.13 Por; Cholesterol: 169.28 mg;

| niedziela 2024-05-19  |  |  | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna |  |  |
|---|--|--|-----------------------------------|--|--|
| masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , Pasta z twarogu z cukrem wanilinowym 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | .grysikowa z ziemniakami 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , buraczki duszone 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .schab pieczony 80 g , sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , |                                   |  |  |
|   |  | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), biszkopty 20 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),                                 |                                   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2214.89 kcal; Białko ogółem: 102.94 g; Tłuszcz: 62.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.14 g; Węglowodany ogółem: 317.6 g; suma cukrów prostych: 84.99 g; Błonnik pokarmowy: 20.5 g; Sól: 7.28 g; WW: 29.96 Por; Cholesterol: 193.53 mg;

| niedziela 2024-05-19  |  |  | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat) |  |  |
|---|--|--|--|--|--|
| masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , Pasta z twarogu z cukrem wanilinowym 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), | .grysikowa z ziemniakami 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , buraczki duszone 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .schab pieczony 80 g , sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , |  |  |  |
| II Śniadanie: banan 200 g ,   |  | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), biszkopty 20 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),                                 |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2291.89 kcal; Białko ogółem: 103.73 g; Tłuszcz: 62.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.51 g; Węglowodany ogółem: 334.9 g; suma cukrów prostych: 118.33 g; Błonnik pokarmowy: 25.58 g; Sól: 7.29 g; WW: 31.22 Por; Cholesterol: 193.53 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-05-19  |  |   | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji |  |  |
|---|--|---|---|--|--|
| Herbata czarna b/c 400 ml , Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , | .grycikowa z ziemiakami 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .surówka z rzepy, marchwi i jabłek 150 g ( <u>JAJ</u> ), .schab pieczony 80 g , sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g ,       |   |  |  |
| II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), pomidor 50 g ,                       | Podwieczorek: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),  | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2257.43 kcal; Białko ogółem: 121.93 g; Tłuszcz: 93.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.14 g; Węglowodany ogółem: 282.63 g; suma cukrów prostych: 47.32 g; Błonnik pokarmowy: 44.65 g; Sól: 9.04 g; WW: 24.1 Por; Cholesterol: 243.18 mg;

| niedziela 2024-05-19   |  |  | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police |  |  |
|--|--|--|--|--|--|
| Herbata czarna b/c 400 ml , Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g ,                                  | .grycikowa z ziemiakami 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .surówka z rzepy, marchwi i jabłek 150 g ( <u>JAJ</u> ), .schab pieczony 80 g , sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g , |  |  |  |
| II Śniadanie: Paszтет z fasoli 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GLU</u> , <u>ORZ</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ), pomidor 100 g , |  | Posiłek nocny: sałata zielona 8g 8 g ,   |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1816.78 kcal; Białko ogółem: 103.49 g; Tłuszcz: 70.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.85 g; Węglowodany ogółem: 231.91 g; suma cukrów prostych: 36.32 g; Błonnik pokarmowy: 40.78 g; Sól: 7.97 g; WW: 19.5 Por; Cholesterol: 718.28 mg;

| niedziela 2024-05-19  |  |   | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat) |  |  |
|---|--|---|--|--|--|
| Herbata czarna b/c 400 ml , Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g ,   | .grycikowa z ziemiakami 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .surówka z rzepy, marchwi i jabłek 150 g ( <u>JAJ</u> ), .schab pieczony 80 g , sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , |  |  |  |
| II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Paszтет z fasoli 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GLU</u> , <u>ORZ</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ), pomidor 50 g , jabłko 150 g , sok owocowy 200ml 200 g , |  | Posiłek nocny: ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,         |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2321.1 kcal; Białko ogółem: 111.17 g; Tłuszcz: 88.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.36 g; Węglowodany ogółem: 312.58 g; suma cukrów prostych: 75.87 g; Błonnik pokarmowy: 59.09 g; Sól: 9.41 g; WW: 25.66 Por; Cholesterol: 255.31 mg;

| niedziela 2024-05-19   |  |   | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł. |  |  |
|--|--|---|---|--|--|
| Herbata czarna b/c 400 ml , Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g ,  | .grycikowa z ziemiakami 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .surówka z rzepy, marchwi i jabłek 150 g ( <u>JAJ</u> ), .schab pieczony 80 g , sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g ,                 |   |  |  |
| II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Paszтет z fasoli 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GLU</u> , <u>ORZ</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ), pomidor 50 g , |  | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2045.23 kcal; Białko ogółem: 110.26 g; Tłuszcz: 69.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.31 g; Węglowodany ogółem: 289.77 g; suma cukrów prostych: 44.6 g; Błonnik pokarmowy: 48.23 g; Sól: 9.33 g; WW: 24.44 Por; Cholesterol: 203.01 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-05-19   |   |   | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800) |  |  |
|--|---|---|---|--|--|
| Herbata czarna b/c 400 ml , Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),                                     | .grysikowa z ziemiakami 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .surówka z rzepy, marchwi i jabłek 150 g ( <u>JAJ</u> ), .schab pieczony 80 g , sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .schab pieczony 80 g , | chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g ,       |   |  |  |
| II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasztet z fasoli 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GLU</u> , <u>ORZ</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ), pomidor 50 g , | Podwieczorek: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),   | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2763.54 kcal; Białko ogółem: 167.04 g; Tłuszcz: 111.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.18 g; Węglowodany ogółem: 327.44 g; suma cukrów prostych: 60.22 g; Błonnik pokarmowy: 50.3 g; Sól: 9.58 g; WW: 28.07 Por; Cholesterol: 371.91 mg;

| niedziela 2024-05-19  |   |  | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu |  |  |
|---|---|--|--|--|--|
| Herbata czarna b/c 400 ml , pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), cukinia gotowana 100 g , | .grysikowa z ziemiakami 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , buraczki duszone 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .schab pieczony 80 g , sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 50 g , .marchew gotowana 100 g , |  |  |  |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ),                          |   | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),             |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1996.53 kcal; Białko ogółem: 106.53 g; Tłuszcz: 53.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.05 g; Węglowodany ogółem: 301.4 g; suma cukrów prostych: 34.14 g; Błonnik pokarmowy: 24.22 g; Sól: 13.81 g; WW: 27.89 Por; Cholesterol: 105.65 mg;

| niedziela 2024-05-19  |  |  | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa |  |  |
|---|--|--|---|--|--|
| Herbata czarna b/c 400 ml , pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <u>MLE</u> ), chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , | .grysikowa z ziemiakami 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , buraczki duszone 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Pulpet drobiowy 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 50 g , .marchew gotowana 100 g , |   |  |  |
| II Śniadanie: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ),                             |  | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),                 |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2193.19 kcal; Białko ogółem: 53.38 g; Tłuszcz: 91.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.63 g; Węglowodany ogółem: 298.78 g; suma cukrów prostych: 29.36 g; Błonnik pokarmowy: 13.71 g; Sól: 9.77 g; WW: 28.55 Por; Cholesterol: 214.57 mg;

| niedziela 2024-05-19   |   |  | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu |  |  |
|--|---|--|---|--|--|
| Herbata czarna z/c 400 ml , Pasta z twarogu z cukrem wanilinowym 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), | .grysikowa z ziemiakami 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , buraczki duszone 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .schab pieczony 80 g , sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g ,       |   |  |  |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), pasta jarzynowa 50 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ),                                 |   | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwiowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), biszkopy 20 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2028.23 kcal; Białko ogółem: 96.29 g; Tłuszcz: 43.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.06 g; Węglowodany ogółem: 320.24 g; suma cukrów prostych: 76.91 g; Błonnik pokarmowy: 22.59 g; Sól: 7.79 g; WW: 30.03 Por; Cholesterol: 128.05 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-05-19  |  |   | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego |
|---|--|---|--|
| Herbata czarna z/c 400 ml , Pasta z twarogu z cukrem wanilinowym 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), | .grysikowa z ziemiakami 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , buraczki duszone 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), schab pieczony 80 g , sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), |  |
|   |  | <b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy brzoskwiniowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), biszkopty 20 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2239.54 kcal; Białko ogółem: 103.54 g; Tłuszcz: 62.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.16 g; Węglowodany ogółem: 324.3 g; suma cukrów prostych: 88.95 g; Błonnik pokarmowy: 23.24 g; Sól: 7.45 g; WW: 30.39 Por; Cholesterol: 193.53 mg;

| niedziela 2024-05-19  |  |  | 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> ), Herbata czarna z/c 400 ml , Pasta z twarogu z cukrem wanilinowym 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), | .grysikowa z ziemiakami 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .surówka z rzepy, marchwi i jabłek 150 g ( <u>JAJ</u> ), .schab pieczony 80 g , sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , |  |
| <b>II Śniadanie:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Paszтет z fasoli 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, ORZ, GOR, SEZ</u> ), pomidor 100 g ,  |  | <b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy brzoskwiniowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), biszkopty 20 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),   |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2686.68 kcal; Białko ogółem: 112.29 g; Tłuszcz: 87.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.96 g; Węglowodany ogółem: 382.15 g; suma cukrów prostych: 97.35 g; Błonnik pokarmowy: 50.06 g; Sól: 8.54 g; WW: 33.64 Por; Cholesterol: 272.91 mg;

| niedziela 2024-05-19  |                         |  | Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona |
|---|-------------------------|--|--|
| płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),                         | płynna - obiad 600 ml , | płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),                             |  |
| <b>II Śniadanie:</b> płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ), |                         | <b>Posiłek nocny:</b> płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), |  |

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

| niedziela 2024-05-19   |                            |   | Jadłospis dla diety: Papkowata |
|--|----------------------------|---|--------------------------------|
| papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),                          | papkowata - obiad 650 ml , | papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),                             |                                |
| <b>II Śniadanie:</b> papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ), |                            | <b>Posiłek nocny:</b> papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), |                                |

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

| niedziela 2024-05-19  |  |  | Jadłospis dla diety: Rozdrobniona |
|---|--|--|-----------------------------------|
| Herbata czarna z/c 400 ml , Pasta z twarogu z cukrem wanilinowym 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), | .grysikowa z ziemiakami 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , buraczki duszone 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , .ryż na warzywie jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , |                                   |
|   |  | <b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy brzoskwiniowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),   |                                   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2340.31 kcal; Białko ogółem: 94.61 g; Tłuszcz: 70.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.94 g; Węglowodany ogółem: 339.94 g; suma cukrów prostych: 81.66 g; Błonnik pokarmowy: 23.96 g; Sól: 7.69 g; WW: 31.91 Por; Cholesterol: 224.46 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-05-19  |  |  | Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów |   |  |  |
|---|--|--|---|---|--|--|
| pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g, chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), |  | .grysikowa z ziemiakami 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, buraczki duszone 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos do obiadu 100 g, kompot z porzeczek czarnych 250 ml, |   | chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, wędlina 50 g, marchewka gotowana 100 g, masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), |  |  |
| II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),   |  |  |   | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2184.9 kcal; Białko ogółem: 96.99 g; Tłuszcz: 77.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.96 g; Węglowodany ogółem: 294.13 g; suma cukrów prostych: 34.14 g; Błonnik pokarmowy: 23.45 g; Sól: 10.94 g; WW: 27.29 Por; Cholesterol: 209.66 mg;

| niedziela 2024-05-19  |  |   | Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca |   |  |  |
|---|--|---|--|---|--|--|
| Herbata czarna b/c 400 ml, Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g,                                |  | .grysikowa z ziemiakami 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, surówka z rzepy, marchwi i jabłek 150 g ( <u>JAJ</u> ), schab pieczony 80 g, sos do obiadu 100 g, kompot z porzeczek czarnych 250 ml, |  | chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, wędlina 50 g, ogórek świeży 100 g, |  |  |
| II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Paszтет z fasoli 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, ORZ, GOR, SEZ</u> ), pomidor 50 g, |  |   |  | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1828.78 kcal; Białko ogółem: 101.92 g; Tłuszcz: 67.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.49 g; Węglowodany ogółem: 243.84 g; suma cukrów prostych: 41.64 g; Błonnik pokarmowy: 40.94 g; Sól: 7.8 g; WW: 20.56 Por; Cholesterol: 199.63 mg;

| niedziela 2024-05-19  |  |   | Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa |  |  |  |
|---|--|---|--------------------------------------|--|--|--|
| Herbata czarna b/c 400 ml, Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g, Paszтет z fasoli 100 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, ORZ, GOR, SEZ</u> ), |  | .grysikowa z ziemiakami 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, surówka z rzepy, marchwi i jabłek 150 g ( <u>JAJ</u> ), schab pieczony 80 g, sos do obiadu 100 g, kompot z porzeczek czarnych 250 ml, |                                      | chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, wędlina 50 g, ogórek świeży 100 g,         |  |  |
|   |  |   |                                      | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2134.23 kcal; Białko ogółem: 111.42 g; Tłuszcz: 83.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.9 g; Węglowodany ogółem: 278.23 g; suma cukrów prostych: 42.81 g; Błonnik pokarmowy: 47.39 g; Sól: 8.47 g; WW: 23.37 Por; Cholesterol: 279.04 mg;

| niedziela 2024-05-19  |  |   | Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna |   |  |  |
|---|--|---|---|---|--|--|
| Herbata czarna z/c 400 ml, pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), dżem owocowy 50 g, chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, |  | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, buraczki duszone b/glu b/ml 150 g, schab pieczony 80 g, sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g, kompot z porzeczek czarnych 250 ml, |   | chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 100 g, margaryna 15 g, |  |  |
|   |  |   |   | Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 30g 30 g,   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2256.58 kcal; Białko ogółem: 109.93 g; Tłuszcz: 80.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.98 g; Węglowodany ogółem: 282.27 g; suma cukrów prostych: 52.61 g; Błonnik pokarmowy: 18.04 g; Sól: 4.89 g; WW: 26.72 Por; Cholesterol: 622.5 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-05-19   |  |   | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA |
|--|--|---|---|
| chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Herbata czarna z/c 400 ml , pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), dżem owocowy 50 g , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , buraczki duszone B/GLU B/ML 150 g , .schab pieczony 80 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Herbata czarna z/c 400 ml , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g , |   |
|  |  | Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g , wędlina 30g 30 g ,  |   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2263.37 kcal; Białko ogółem: 109.3 g; Tłuszcz: 75.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.35 g; Węglowodany ogółem: 303.67 g; suma cukrów prostych: 55.42 g; Błonnik pokarmowy: 34.91 g; Sól: 5.42 g; WW: 27.17 Por; Cholesterol: 624 mg;

| niedziela 2024-05-19  |   |   | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA |
|---|---|---|--|
| chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , Pasta z twarogu z cukrem wanilinowym 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , | .grysikowa z ziemniakami 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .surówka z rzepy, marchwi i jabłek 150 g ( <u>JAJ</u> ), .schab pieczony 80 g , sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , |  |
|   |   | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwiowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),   |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2012.38 kcal; Białko ogółem: 87.16 g; Tłuszcz: 61.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.92 g; Węglowodany ogółem: 290.75 g; suma cukrów prostych: 72.05 g; Błonnik pokarmowy: 39 g; Sól: 7.39 g; WW: 25.55 Por; Cholesterol: 141.68 mg;

| niedziela 2024-05-19  |   |   | Jadłospis dla diety: Atopowa |
|---|---|---|------------------------------|
| margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 50 g , | kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g ( <u>GLU</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt , surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , | wafle ryżowe 50 g , margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 Por , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |                              |
| II Śniadanie: gruszka 300 g ,   |   | Posiłek nocny: kasza jaglana na wodzie 200 ml , Mus z jabłek b/c 150 g ,  |                              |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2119 kcal; Białko ogółem: 65.47 g; Tłuszcz: 89.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.21 g; Węglowodany ogółem: 272.15 g; suma cukrów prostych: 64.94 g; Błonnik pokarmowy: 40.77 g; Sól: 1.66 g; WW: 23.23 Por; Cholesterol: 148.47 mg;

| niedziela 2024-05-19   |   |   | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN |
|--|---|---|---|
| masło 82% tł. 16,67g 16.67g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , Pasta z twarogu z cukrem wanilinowym 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , chleb bezglutenowy 120g 120 g , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .surówka z rzepy, marchwi i jabłek 150 g ( <u>JAJ</u> ), .schab pieczony 80 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16.67g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g , |   |
|  |   | Posiłek nocny: masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), chleb bezglutenowy 30g 30 g , wędlina 30g 30 g ,   |   |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2219.41 kcal; Białko ogółem: 102.81 g; Tłuszcz: 106.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.65 g; Węglowodany ogółem: 233.92 g; suma cukrów prostych: 58.43 g; Błonnik pokarmowy: 13.98 g; Sól: 1.17 g; WW: 22.28 Por; Cholesterol: 731.58 mg;

| niedziela 2024-05-19  |   |  | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA |
|---|---|--|--|
| Herbata czarna z/c 400 ml , pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), dżem owocowy 50 g , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .surówka z rzepy, marchwi i jabłek 150 g ( <u>JAJ</u> ), .schab pieczony 80 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , Herbata czarna z/c 400 ml , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g , |  |
|   |   | Posiłek nocny: margaryna 15 g , chleb bezglutenowy 30g 30 g , wędlina 30g 30 g ,   |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2293.08 kcal; Białko ogółem: 105.61 g; Tłuszcz: 112.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.96 g; Węglowodany ogółem: 223.13 g; suma cukrów prostych: 50.09 g; Błonnik pokarmowy: 11.63 g; Sól: 1.25 g; WW: 21.42 Por; Cholesterol: 622.5 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-05-19  |   |   | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN |  |  |
|---|---|---|---|--|--|
| Herbata czarna b/c 400 ml , pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , surówka z rzepy, marchwi i jabłek 150 g ( <u>JAJ</u> ), schab pieczony 80 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g ,                 |   |  |  |
| II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL, może zawierać: SEL</u> ), pomidor 50 g ,                   |   | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2148.47 kcal; Białko ogółem: 101.64 g; Tłuszcz: 101.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.58 g; Węglowodany ogółem: 212.86 g; suma cukrów prostych: 22.47 g; Błonnik pokarmowy: 12.41 g; Sól: 1.06 g; WW: 20.16 Por; Cholesterol: 165.75 mg;

| niedziela 2024-05-19  |   |  | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML |  |  |
|---|---|--|--|--|--|
| Herbata czarna b/c 400 ml , pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , rzodkiewka 40g 40 g , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , surówka z rzepy, marchwi i jabłek 150 g ( <u>JAJ</u> ), schab pieczony 80 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Herbata czarna b/c 400 ml , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g , |  |  |  |
| II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5g , pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL, może zawierać: SEL</u> ), pomidor 50 g ,                  |   | Posiłek nocny: wędlina 30g 30 g , chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , sałata zielona 8g 8 g ,                                       |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2305.12 kcal; Białko ogółem: 109.73 g; Tłuszcz: 98.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.3 g; Węglowodany ogółem: 263.14 g; suma cukrów prostych: 26.84 g; Błonnik pokarmowy: 39.61 g; Sól: 5.68 g; WW: 22.67 Por; Cholesterol: 625.9 mg;

| niedziela 2024-05-19  |   |  | Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML |  |  |
|---|---|--|--|--|--|
| Herbata czarna b/c 400 ml , pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , rzodkiewka 40g 40 g , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , surówka z rzepy, marchwi i jabłek 150 g ( <u>JAJ</u> ), schab pieczony 80 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , Herbata czarna b/c 400 ml , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), ogórek świeży 100 g , |  |  |  |
| II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5g , pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL, może zawierać: SEL</u> ), pomidor 50 g ,                  |   | Posiłek nocny: wędlina 30g 30 g , chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 15 g , sałata zielona 8g 8 g ,                                       |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2350.72 kcal; Białko ogółem: 109.93 g; Tłuszcz: 125.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.28 g; Węglowodany ogółem: 204.42 g; suma cukrów prostych: 15.96 g; Błonnik pokarmowy: 12.41 g; Sól: 1.36 g; WW: 19.45 Por; Cholesterol: 622.5 mg;

| niedziela 2024-05-19  |  |   | Jadłospis dla diety: Dna moczaniowa |  |  |
|---|--|---|-------------------------------------|--|--|
| chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67g 16.67g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , Pasta z twarogu z cukrem wanilinowym 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , | grysikowa z ziemiakami 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , surówka z rzepy, marchwi i jabłek 150 g ( <u>JAJ</u> ), gulasz z tofu 250 g ( <u>SOJ, może zawierać: 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 16.67g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ), ogórek świeży 100 g , |                                     |  |  |
|   |  | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwiński 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), biszkopty 20 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),  |                                     |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2204.14 kcal; Białko ogółem: 60.5 g; Tłuszcz: 78.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.66 g; Węglowodany ogółem: 327.55 g; suma cukrów prostych: 90.92 g; Błonnik pokarmowy: 44.38 g; Sól: 7.3 g; WW: 28.71 Por; Cholesterol: 118.88 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-05-19  |  |   | Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa |   |  |
|---|--|---|------------------------------------|---|--|
| pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <u>MLE</u> ), chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , |  | .grysikowa z ziemiakami 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , buraczki duszone 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), Pulpet drobiowy 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos do obiadu 100 g , kompot z porzeczek czarnych 250 ml , |                                    | chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 50 g , marchew gotowana 100 g , |  |
|   |  |   |                                    | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),                |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2105.06 kcal; Białko ogółem: 51.88 g; Tłuszcz: 76.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.88 g; Węglowodany ogółem: 313.35 g; suma cukrów prostych: 65.08 g; Błonnik pokarmowy: 13.97 g; Sól: 9.67 g; WW: 30.01 Por; Cholesterol: 189.77 mg;

| niedziela 2024-05-19   |  |   | Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2 |  |  |
|--|--|---|---|--|--|
| chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |  | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> ), marchewka gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |   | chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |  |
| II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,  |  |   |   | Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> ),  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2139.94 kcal; Białko ogółem: 73.27 g; Tłuszcz: 51.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.18 g; Węglowodany ogółem: 268.37 g; suma cukrów prostych: 40.03 g; Błonnik pokarmowy: 33.39 g; Sól: 4.41 g; WW: 23.7 Por; Cholesterol: 208.2 mg;

| niedziela 2024-05-19   |  |  | Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3 |  |  |
|--|--|--|---|--|--|
| kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,  |  | pomidorowa z makaronem drobnym- dieta b/ml 300 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU, SEL</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , |   | chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |  |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 100 g , sałata zielona 8g 8 g , |  |  |   | Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , kakao proszek 30 g ,  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2080.6 kcal; Białko ogółem: 95.15 g; Tłuszcz: 64.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.47 g; Węglowodany ogółem: 284.94 g; suma cukrów prostych: 51.21 g; Błonnik pokarmowy: 33.18 g; Sól: 5.02 g; WW: 25.51 Por; Cholesterol: 743.55 mg;

| niedziela 2024-05-19  |  |  | Jadłospis dla diety: Biegunkowa |   |  |
|---|--|--|---------------------------------|---|--|
| Herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, 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, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,                     |  |
| II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , |  |  |                                 | Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, 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;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-05-19   |  |  | Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS |  |  |
|--|--|--|---|--|--|
| chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g ots 1 szt, pomidor b/skóry ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), zacierka na mleku ots 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), | grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g, buraczki duszone 100 g ( <u>GLU, MLE</u> ), schab pieczony 80 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml, sos do obiadu 100 g, | chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), ser żółty plastry - 100g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), Mus z jabłek z/c ots 150 g, miód 2 szt. - ots 50 g, Herbata czarna b/c 250 ml, |   |  |  |
|  |  | Posiłek nocny: rogal ots 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), dżem szt ots 25 g,   |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3102.99 kcal; Białko ogółem: 151.83 g; Tłuszcz: 114.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 53.21 g; Węglowodany ogółem: 375.97 g; suma cukrów prostych: 85.81 g; Błonnik pokarmowy: 37.62 g; Sól: 6.82 g; WW: 34.03 Por; Cholesterol: 843.26 mg;

| niedziela 2024-05-19   |   |  | 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> ), wędlina pakow. hermet. 100g ots 1 szt, pomidor b/skóry - ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), zacierka na mleku ots 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), | grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 120 g ( <u>RYB</u> ), buraczki duszone 100 g ( <u>GLU, MLE</u> ), schab pieczony 80 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml, sos do obiadu 100 g, | 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> ), Mus z jabłek b/c ots 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml, |  |  |  |
|  |   | Posiłek nocny: chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), brokuł gotowany 150 g,   |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2732.18 kcal; Białko ogółem: 147.06 g; Tłuszcz: 130.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 52.86 g; Węglowodany ogółem: 252.63 g; suma cukrów prostych: 60.09 g; Błonnik pokarmowy: 38.87 g; Sól: 6.26 g; WW: 21.42 Por; Cholesterol: 835.26 mg;

| niedziela 2024-05-19  |   |   | 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;

| niedziela 2024-05-19  |   |   | Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary) |  |  |
|---|---|---|---|--|--|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, | kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, | kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1103.1 kcal; Białko ogółem: 30.89 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;

| niedziela 2024-05-19   |  |  | Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary) |  |  |
|--|--|--|---|--|--|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grycikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, | kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grycikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, | kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grycikowa 300 g ( <u>GLU, 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;

| niedziela 2024-05-19   |  |  | Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary) |  |  |
|--|--|--|--|--|--|
| kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, grycikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), | grycikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g, Herbata czarna b/c 200 ml, | kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, grycikowa 300 g ( <u>GLU, 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;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-05-19  |  |  | 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 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.: 966.51 kcal; Białko ogółem: 60.48 g; Tłuszcz: 35.8 g; Kw.łł.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;

| niedziela 2024-05-19   |  |   | 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. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |  | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 150 g , |   | Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , |  |
| II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), kakao proszek 30 g , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,   |  |   |   | Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml ,  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2190.29 kcal; Białko ogółem: 79.84 g; Tłuszcz: 58.47 g; Kw.łł.nas.ogółem: 20.69 g; Węglowodany ogółem: 260.33 g; suma cukrów prostych: 26.69 g; Błonnik pokarmowy: 27.74 g; Sól: 7.34 g; WW: 23.38 Por; Cholesterol: 440.99 mg;

| niedziela 2024-05-19  |  |  | Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny |  |  |
|---|--|--|---------------------------------------|--|--|
| margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g , |  | ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 Por ( <u>GLU</u> ), brokuł gotowany 100 g , |                                       | wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g , |  |
| II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,   |  |  |                                       | Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1793.64 kcal; Białko ogółem: 58.51 g; Tłuszcz: 70.85 g; Kw.łł.nas.ogółem: 2.44 g; Węglowodany ogółem: 237.65 g; suma cukrów prostych: 20.6 g; Błonnik pokarmowy: 14.66 g; Sól: 1.45 g; WW: 22.56 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

| niedziela 2024-05-19  |  |  | Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa |  |  |
|---|--|--|----------------------------------|--|--|
| masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żył. 100 g ( <u>GLU</u> ), |  | kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez selera) 200 g ( <u>GLU</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt , |                                  | chleb mieszany psz-żył. 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), filet z indyka gotowany 100 g , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , |  |
| II Śniadanie: gruszka 300 g ,   |  |  |                                  | Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , kasza manna na mleku 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2025.93 kcal; Białko ogółem: 79.32 g; Tłuszcz: 67.17 g; Kw.łł.nas.ogółem: 21.25 g; Węglowodany ogółem: 292.52 g; suma cukrów prostych: 83.46 g; Błonnik pokarmowy: 51.46 g; Sól: 4.57 g; WW: 24.37 Por; Cholesterol: 710.25 mg;

| niedziela 2024-05-19 |  |  | Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny |  |  |
|----------------------|--|--|--|--|--|
|                      |  | .grysikowa z ziemniakami 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , .surówka z rzepy, marchwi i jabłek 200 g ( <u>JAJ</u> ), .schab pieczony 80 g , sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .schab pieczony 80 g , |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 898.77 kcal; Białko ogółem: 64.4 g; Tłuszcz: 37.14 g; Kw.łł.nas.ogółem: 4.69 g; Węglowodany ogółem: 81.98 g; suma cukrów prostych: 18.32 g; Błonnik pokarmowy: 15.06 g; Sól: 4.12 g; WW: 6.88 Por; Cholesterol: 100.8 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-05-19  |  |  | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji |  |  |
|---|--|--|---|--|--|
| masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , Pasta z twarogu z cukrem wanilinowym 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), | .grysikowa z ziemiakami 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , buraczki duszone 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), schab pieczony 80 g , sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , |   |  |  |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL, może zawierać: SEL</u> ),   |  | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwiniowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), biszkopty 20 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),  |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2493.04 kcal; Białko ogółem: 108.66 g; Tłuszcz: 76.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.05 g; Węglowodany ogółem: 348.74 g; suma cukrów prostych: 85.98 g; Błonnik pokarmowy: 21.99 g; Sól: 7.95 g; WW: 32.92 Por; Cholesterol: 218.33 mg;

| niedziela 2024-05-19  |   |   | Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej |  |  |
|---|---|---|--|--|--|
| masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , Pasta z twarogu z cukrem wanilinowym 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), | .grysikowa z ziemiakami 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .surówka z rzepy, marchwi i jabłek 150 g ( <u>JAJ</u> ), .schab pieczony 80 g , sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .schab pieczony 80 g , | chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , |  |  |  |
| II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL, może zawierać: SEL</u> ),  |   | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwiniowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), biszkopty 20 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),                                       |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2350.03 kcal; Białko ogółem: 117.11 g; Tłuszcz: 83.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.93 g; Węglowodany ogółem: 296.28 g; suma cukrów prostych: 83.55 g; Błonnik pokarmowy: 39.1 g; Sól: 8.04 g; WW: 26 Por; Cholesterol: 246.38 mg;

| niedziela 2024-05-19   |   |  | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA |  |  |
|--|---|--|---|--|--|
| chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , Pasta z twarogu z cukrem wanilinowym 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , | .grysikowa z ziemiakami 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .surówka z rzepy, marchwi i jabłek 150 g ( <u>JAJ</u> ), gulasz z tofu 250 g ( <u>SOJ, może zawierać: 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> ), Herbata czarna z/c 400 ml , hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ), ogórek świeży 100 g , |   |  |  |
|  |   | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwiniowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), biszkopty 20 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),  |   |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2204.14 kcal; Białko ogółem: 60.5 g; Tłuszcz: 78.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.66 g; Węglowodany ogółem: 327.55 g; suma cukrów prostych: 90.92 g; Błonnik pokarmowy: 44.38 g; Sól: 7.3 g; WW: 28.71 Por; Cholesterol: 118.88 mg;

| niedziela 2024-05-19  |  |  | Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA |  |  |
|---|--|--|--|--|--|
| chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Herbata czarna z/c 400 ml , pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL, może zawierać: SEL</u> ), dżem owocowy 50 g , | zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , buraczki duszone b/glu b/ml 150 g , gulasz z tofu 250 g ( <u>SOJ, może zawierać: 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> ), margaryna 15 g , Herbata czarna z/c 400 ml , hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ), ogórek świeży 100 g , |  |  |  |
|   |  | Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,   |  |  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2038.43 kcal; Białko ogółem: 48.52 g; Tłuszcz: 71.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.21 g; Węglowodany ogółem: 314.78 g; suma cukrów prostych: 73.69 g; Błonnik pokarmowy: 39.57 g; Sól: 5.57 g; WW: 27.7 Por; Cholesterol: 17.55 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2024-05-19  |   | Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna   |  |
|---|---|--|--|
| masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , Pasta z twarogu z cukrem wanilinowym 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), | .grysikowa z ziemiakami 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , buraczki duszone 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .schab pieczony 80 g , sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 50 g , .marchew gotowana 100 g , |  |
| II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL, może zawierać: SEL</u> ),   |   | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwiniowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), biszkopty 20 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2536.12 kcal; Białko ogółem: 109.11 g; Tłuszcz: 79.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.07 g; Węglowodany ogółem: 354.03 g; suma cukrów prostych: 89.11 g; Błonnik pokarmowy: 24.14 g; Sól: 10.02 g; WW: 33.26 Por; Cholesterol: 218.33 mg;

| niedziela 2024-05-19   |   | Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa  |  |
|--|---|---|--|
| masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), | .grysikowa z ziemiakami 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , buraczki duszone 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .schab pieczony 80 g , sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 50 g , .marchew gotowana 100 g , |  |
| II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL, może zawierać: SEL</u> ),   | Podwieczorek: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),   | Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),   |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2408.01 kcal; Białko ogółem: 129.26 g; Tłuszcz: 96.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.57 g; Węglowodany ogółem: 301.84 g; suma cukrów prostych: 57.41 g; Błonnik pokarmowy: 40.31 g; Sól: 14.09 g; WW: 26.33 Por; Cholesterol: 254.33 mg;

| niedziela 2024-05-19  |   | 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> ), Herbata czarna z/c 400 ml , Pasta z twarogu z cukrem wanilinowym 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), | .grysikowa z ziemiakami 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , buraczki duszone 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .schab pieczony 80 g , sos do obiadu 100 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , | chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 50 g , .marchew gotowana 100 g , |  |
| II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL, może zawierać: SEL</u> ),  |   | Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwiniowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), biszkopty 20 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),  |  |

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2634.42 kcal; Białko ogółem: 108.96 g; Tłuszcz: 82.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.45 g; Węglowodany ogółem: 381.16 g; suma cukrów prostych: 95.26 g; Błonnik pokarmowy: 43.71 g; Sól: 10.71 g; WW: 34.03 Por; Cholesterol: 219.83 mg;