

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-05-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żył. 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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <b>JAJ</b> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , Jeczko 250 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR, może zawierać: SEL</b> ), jabłko 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 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> ), .pasta z drobiu i warzyw 80 g ( <b>SEL</b> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <b>MLE</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2194.09 kcal; Białko ogółem: 95.79 g; Tłuszcz: 76.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.83 g; Węglowodany ogółem: 292.89 g; suma cukrów prostych: 56.81 g; Błonnik pokarmowy: 41.69 g; Sól: 6.29 g; WW: 25.49 Por; Cholesterol: 761.47 mg;

<b>poniedziałek 2024-05-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
chleb mieszany psz.-żył. 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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <b>JAJ</b> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , makaron drobny na mleku 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), wędlina 50 g ,	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , Jeczko 250 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR, może zawierać: SEL</b> ), jabłko 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 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> ), .pasta z drobiu i warzyw 80 g ( <b>SEL</b> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2szt. 50 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <b>MLE</b> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2612.64 kcal; Białko ogółem: 117.88 g; Tłuszcz: 82.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.81 g; Węglowodany ogółem: 363.45 g; suma cukrów prostych: 72.79 g; Błonnik pokarmowy: 42.86 g; Sól: 6.59 g; WW: 32.54 Por; Cholesterol: 781.47 mg;

<b>poniedziałek 2024-05-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>		
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <b>JAJ</b> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb razowy 120g 120 g ( <b>GLU</b> ),	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , Jeczko 250 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR, może zawierać: SEL</b> ), jabłko 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), .pasta z drobiu i warzyw 80 g ( <b>SEL</b> ), ogórek świeży 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> ), rzodkiewka 40g 40 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <b>MLE</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2103.28 kcal; Białko ogółem: 95.21 g; Tłuszcz: 71.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.23 g; Węglowodany ogółem: 281.68 g; suma cukrów prostych: 60.36 g; Błonnik pokarmowy: 41.89 g; Sól: 6.63 g; WW: 24.28 Por; Cholesterol: 752.57 mg;

<b>poniedziałek 2024-05-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
chleb mieszany psz.-żył. 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> ), jajko gotowane 50 g ( <b>JAJ</b> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 30g 30 g ,	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , Jeczko 250 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR, może zawierać: SEL</b> ), jabłko 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 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> ), .pasta z drobiu i warzyw 80 g ( <b>SEL</b> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> sok owocowy 200ml 200 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2248.06 kcal; Białko ogółem: 92.25 g; Tłuszcz: 69.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.08 g; Węglowodany ogółem: 317.52 g; suma cukrów prostych: 79.96 g; Błonnik pokarmowy: 42.54 g; Sól: 5.97 g; WW: 27.83 Por; Cholesterol: 480.7 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-05-27			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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), jabłko gotowane 150 g, Herbata czarna z/c 400 ml, makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), wędlina 50 g,	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 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 z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, miód 2 szt. 50 g,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2847.6 kcal; Białko ogółem: 125.26 g; Tłuszcz: 92.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.95 g; Węglowodany ogółem: 391.77 g; suma cukrów prostych: 90.79 g; Błonnik pokarmowy: 46.67 g; Sól: 5.9 g; WW: 34.92 Por; Cholesterol: 831.48 mg;

poniedziałek 2024-05-27			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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, wędlina 50 g,	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, .Jeczko 250 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR, może zawierać: SEL</u> ), jabłko 150 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), .pasta z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, dżem owocowy 50 g,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2452.59 kcal; Białko ogółem: 106.44 g; Tłuszcz: 76.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.41 g; Węglowodany ogółem: 337.09 g; suma cukrów prostych: 98.46 g; Błonnik pokarmowy: 42.94 g; Sól: 6.24 g; WW: 29.79 Por; Cholesterol: 758.47 mg;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g,	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 150 g ( <u>SEL</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> ), .pasta z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, sałata zielona 20 g,			
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2336.98 kcal; Białko ogółem: 112.2 g; Tłuszcz: 85.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.21 g; Węglowodany ogółem: 288.89 g; suma cukrów prostych: 48.64 g; Błonnik pokarmowy: 20.22 g; Sól: 5.14 g; WW: 27.25 Por; Cholesterol: 830.48 mg;

poniedziałek 2024-05-27			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> ), makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g, wędlina 30g 30 g,	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 150 g ( <u>SEL</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> ), .pasta z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, sałata zielona 20 g,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2390.95 kcal; Białko ogółem: 108.66 g; Tłuszcz: 77.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.46 g; Węglowodany ogółem: 313.52 g; suma cukrów prostych: 71.79 g; Błonnik pokarmowy: 21.07 g; Sól: 4.82 g; WW: 29.59 Por; Cholesterol: 549.71 mg;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, .Jeczko 250 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR, może zawierać: SEL</u> ), seler gotowany 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 z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 100 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> ), rzodkiewka 40g 40 g,	Podwieczorek: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2322.81 kcal; Białko ogółem: 121.43 g; Tłuszcz: 94.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.53 g; Węglowodany ogółem: 274.52 g; suma cukrów prostych: 39.4 g; Błonnik pokarmowy: 38.24 g; Sól: 8.56 g; WW: 23.99 Por; Cholesterol: 318.12 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Jeczko 250 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR, może zawierać: SEL</u> ), seler gotowany 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 z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: rzodkiewka 40g 40 g ,		Posiłek nocny: papryka świeża 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1799.35 kcal; Białko ogółem: 93.2 g; Tłuszcz: 59.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.08 g; Węglowodany ogółem: 239.92 g; suma cukrów prostych: 31.68 g; Błonnik pokarmowy: 35.69 g; Sól: 7.51 g; WW: 20.75 Por; Cholesterol: 192.24 mg;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Jeczko 250 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR, może zawierać: SEL</u> ), seler gotowany 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 z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 100 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> ), rzodkiewka 40g 40 g , wędlina 30g 30 g , sok owocowy 200ml 200 g , jabłko 150 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2545.89 kcal; Białko ogółem: 116.22 g; Tłuszcz: 96.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.98 g; Węglowodany ogółem: 323.24 g; suma cukrów prostych: 72.55 g; Błonnik pokarmowy: 54.55 g; Sól: 9.5 g; WW: 27.22 Por; Cholesterol: 297.22 mg;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Jeczko 250 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR, może zawierać: SEL</u> ), seler gotowany 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 z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 100 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> ), rzodkiewka 40g 40 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2224.6 kcal; Białko ogółem: 108.25 g; Tłuszcz: 69.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.48 g; Węglowodany ogółem: 313.43 g; suma cukrów prostych: 39.04 g; Błonnik pokarmowy: 45.1 g; Sól: 9.47 g; WW: 27.15 Por; Cholesterol: 220.47 mg;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), wędlina 50 g ,	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Jeczko 250 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR, może zawierać: SEL</u> ), seler gotowany 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 z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 100 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> ), rzodkiewka 40g 40 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2582.76 kcal; Białko ogółem: 137.96 g; Tłuszcz: 106.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.98 g; Węglowodany ogółem: 295.92 g; suma cukrów prostych: 45.05 g; Błonnik pokarmowy: 38.24 g; Sól: 7.48 g; WW: 26.21 Por; Cholesterol: 863.67 mg;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , jabłko gotowane 150 g , serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy -dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), .pasta z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 30g 30 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2058.65 kcal; Białko ogółem: 118.29 g; Tłuszcz: 50.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 11.99 g; Węglowodany ogółem: 287.69 g; suma cukrów prostych: 38.58 g; Błonnik pokarmowy: 30.7 g; Sól: 6.9 g; WW: 25.97 Por; Cholesterol: 202.25 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120g 120 g , Herbata czarna b/c 400 ml , jabłko gotowane 150 g , twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto wegetariańskie 400 g ( <u>SEL</u> ), seler gotowany 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb PKU 120g 120 g , .pasta z drobiu i warzyw 50 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2392.48 kcal; Białko ogółem: 59.69 g; Tłuszcz: 87.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.8 g; Węglowodany ogółem: 338.18 g; suma cukrów prostych: 31.54 g; Błonnik pokarmowy: 25.44 g; Sól: 1.78 g; WW: 31.38 Por; Cholesterol: 183.15 mg;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , jabłko gotowane 150 g , serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy -dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), .pasta z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2061.47 kcal; Białko ogółem: 107.84 g; Tłuszcz: 49.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 11.88 g; Węglowodany ogółem: 300 g; suma cukrów prostych: 77.49 g; Błonnik pokarmowy: 29.75 g; Sól: 6.34 g; WW: 27.24 Por; Cholesterol: 202.25 mg;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , jabłko gotowane 150 g , serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy -dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), .pasta z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ),			
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2416.75 kcal; Białko ogółem: 118.52 g; Tłuszcz: 82.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.06 g; Węglowodany ogółem: 305.01 g; suma cukrów prostych: 68.74 g; Błonnik pokarmowy: 29.35 g; Sól: 6.61 g; WW: 27.87 Por; Cholesterol: 304.93 mg;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 50 g , makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Jeczo 250 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), jabłko 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), .pasta z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 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> ), rzodkiewka 40g 40 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2633.15 kcal; Białko ogółem: 121.36 g; Tłuszcz: 91.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.44 g; Węglowodany ogółem: 346.13 g; suma cukrów prostych: 71.01 g; Błonnik pokarmowy: 46.09 g; Sól: 7.21 g; WW: 30.42 Por; Cholesterol: 806.77 mg;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	płynna - obiad 600 ml ,	płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),			

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

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-05-27			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;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , jabłko gotowane 150 g , .pasta z jaj koperkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ),		szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos do obiadu 100 g , seler gotowany 150 g ( <u>SEL</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> ), .pasta z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), .ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ),	
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,			Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2581.7 kcal; Białko ogółem: 113.66 g; Tłuszcz: 94.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.53 g; Węglowodany ogółem: 324.29 g; suma cukrów prostych: 62.06 g; Błonnik pokarmowy: 30.16 g; Sól: 5.32 g; WW: 29.85 Por; Cholesterol: 843.71 mg;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , jabłko gotowane 150 g , .pasta z jaj koperkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), .ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ),		szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), seler gotowany 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,		chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), .pasta z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), .ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ),	
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,			Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2521.88 kcal; Białko ogółem: 107.12 g; Tłuszcz: 97.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.13 g; Węglowodany ogółem: 311.51 g; suma cukrów prostych: 39.7 g; Błonnik pokarmowy: 34.06 g; Sól: 6.49 g; WW: 28.15 Por; Cholesterol: 823.71 mg;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 30g 30 g ,		szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .leczo 250 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>SEL</u> ), seler gotowany 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,		chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), .pasta z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 100 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> ), rzodkiewka 40g 40 g ,			Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1900.15 kcal; Białko ogółem: 91.13 g; Tłuszcz: 69.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 243.76 g; suma cukrów prostych: 28.44 g; Błonnik pokarmowy: 35.04 g; Sól: 6.25 g; WW: 21.17 Por; Cholesterol: 476.92 mg;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 50 g ,		szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .leczo 250 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>SEL</u> ), seler gotowany 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 z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,			Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2099.02 kcal; Białko ogółem: 104.34 g; Tłuszcz: 79.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.56 g; Węglowodany ogółem: 256.64 g; suma cukrów prostych: 45.81 g; Błonnik pokarmowy: 33.84 g; Sól: 6.38 g; WW: 22.63 Por; Cholesterol: 762.87 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , jabłko gotowane 150 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), margaryna 15 g ,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), .pasta z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), margaryna 15 g ,			
		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2117.86 kcal; Białko ogółem: 94.65 g; Tłuszcz: 77.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 10.03 g; Węglowodany ogółem: 268.29 g; suma cukrów prostych: 70.59 g; Błonnik pokarmowy: 30.29 g; Sól: 8.25 g; WW: 24.09 Por; Cholesterol: 707.1 mg;

poniedziałek 2024-05-27			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 , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .leczo 250 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR, może zawierać: SEL</u> ), jabłko 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , .pasta z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,			
		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2196.85 kcal; Białko ogółem: 83.16 g; Tłuszcz: 68.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.95 g; Węglowodany ogółem: 328.45 g; suma cukrów prostych: 74.57 g; Błonnik pokarmowy: 42.86 g; Sól: 9.37 g; WW: 29.01 Por; Cholesterol: 648.64 mg;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 Por , ogórek świeży 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,			
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,		Posiłek nocny: płatki owsiane na wodzie 200 ml ( <u>GLU</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1740.4 kcal; Białko ogółem: 71.34 g; Tłuszcz: 52.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.03 g; Węglowodany ogółem: 253.68 g; suma cukrów prostych: 92.03 g; Błonnik pokarmowy: 45.75 g; Sól: 2.56 g; WW: 21.14 Por; Cholesterol: 187.83 mg;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .gulasz drobiowy z warzywami b/glut, b/ml 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), seler gotowany 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), .pasta z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,			
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2130.35 kcal; Białko ogółem: 92.02 g; Tłuszcz: 91.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.92 g; Węglowodany ogółem: 246.55 g; suma cukrów prostych: 42.77 g; Błonnik pokarmowy: 17.65 g; Sól: 5.23 g; WW: 23.3 Por; Cholesterol: 743.03 mg;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g ,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .gulasz drobiowy z warzywami b/glut, b/ml 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), seler gotowany 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , .pasta z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,			
		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2095.77 kcal; Białko ogółem: 85.79 g; Tłuszcz: 85.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.93 g; Węglowodany ogółem: 259.03 g; suma cukrów prostych: 57.47 g; Błonnik pokarmowy: 18.05 g; Sól: 5 g; WW: 24.5 Por; Cholesterol: 648.35 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 50 g ,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 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 z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2058.12 kcal; Białko ogółem: 105.89 g; Tłuszcz: 100.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.38 g; Węglowodany ogółem: 192.59 g; suma cukrów prostych: 17.82 g; Błonnik pokarmowy: 14.72 g; Sól: 5.42 g; WW: 18.06 Por; Cholesterol: 781.5 mg;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 50 g ,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .lecz 250 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR, może zawierać: SEL</u> ), seler gotowany 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , .pasta z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g , rzodkiewka 40g 40 g ,		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1983.12 kcal; Białko ogółem: 97.33 g; Tłuszcz: 76.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.94 g; Węglowodany ogółem: 248.73 g; suma cukrów prostych: 31.45 g; Błonnik pokarmowy: 42.31 g; Sól: 11.52 g; WW: 21.04 Por; Cholesterol: 650.54 mg;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 50 g ,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 150 g ( <u>SEL</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , .pasta z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , rzodkiewka 40g 40 g ,		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2048.32 kcal; Białko ogółem: 101.7 g; Tłuszcz: 101.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.33 g; Węglowodany ogółem: 194.74 g; suma cukrów prostych: 19.14 g; Błonnik pokarmowy: 18.02 g; Sól: 6.63 g; WW: 17.98 Por; Cholesterol: 695.1 mg;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Leczo wegetariańskie 300 g , jabłko 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2179.63 kcal; Białko ogółem: 88.97 g; Tłuszcz: 74.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.84 g; Węglowodany ogółem: 301.61 g; suma cukrów prostych: 67.57 g; Błonnik pokarmowy: 43.26 g; Sól: 6.75 g; WW: 26.27 Por; Cholesterol: 699.38 mg;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120g 120 g , Herbata czarna z/c 400 ml , jabłko gotowane 150 g , twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Risotto wegetariańskie 400 g ( <u>SEL</u> ), seler gotowany 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb PKU 120g 120 g , .pasta z drobiu i warzyw 50 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ),			
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2272.2 kcal; Białko ogółem: 52.84 g; Tłuszcz: 78.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.33 g; Węglowodany ogółem: 337.47 g; suma cukrów prostych: 49.44 g; Błonnik pokarmowy: 25.44 g; Sól: 1.78 g; WW: 31.31 Por; Cholesterol: 158.35 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-05-27 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	dyniowa z ziemniakami b/mleka - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <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 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g, marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml, chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1848.47 kcal; Białko ogółem: 81.18 g; Tłuszcz: 64.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.83 g; Węglowodany ogółem: 244.88 g; suma cukrów prostych: 49.15 g; Błonnik pokarmowy: 39.46 g; Sól: 7.92 g; WW: 20.8 Por; Cholesterol: 764.94 mg;

poniedziałek 2024-05-27 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	dyniowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 100 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	makaron z białym serem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,
II Śniadanie: kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Mus z truskawek 200 g,		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g, chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1939.6 kcal; Białko ogółem: 95.84 g; Tłuszcz: 41.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.92 g; Węglowodany ogółem: 319.76 g; suma cukrów prostych: 66.44 g; Błonnik pokarmowy: 36.84 g; Sól: 6.17 g; WW: 28.55 Por; Cholesterol: 153.14 mg;

poniedziałek 2024-05-27 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), kleik ryżowy na wodzie 250 ml,	zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, marchewka gotowana z olejem 100 g, Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,		Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1366.32 kcal; Białko ogółem: 39.14 g; Tłuszcz: 20.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.1 g; Węglowodany ogółem: 259.77 g; suma cukrów prostych: 10.42 g; Błonnik pokarmowy: 18.15 g; Sól: .79 g; WW: 24.24 Por; Cholesterol: 0 mg;

poniedziałek 2024-05-27 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), majonez saszetka ots 15 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, ryż na mleku ots 400 g ( <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml ots 1 szt, ser żółty plastry - 100g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),
		Posiłek nocny: Mus z truskawek ots 200 g, biszkopty ots 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2814.19 kcal; Białko ogółem: 139.85 g; Tłuszcz: 124.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 49.16 g; Węglowodany ogółem: 295.94 g; suma cukrów prostych: 70.39 g; Błonnik pokarmowy: 31.25 g; Sól: 8.43 g; WW: 26.83 Por; Cholesterol: 1475.76 mg;

poniedziałek 2024-05-27 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g, majonez saszetka ots 30 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, ryż na mleku ots 400 g ( <u>MLE</u> ),	zupa ogórkowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Makaron ugotowany ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), gulasz drobiowy - dieta ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), brokuł z bułką tartą ots 100 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml ots 1 szt, ser żółty plastry - 100g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),
		Posiłek nocny: Mus z truskawek b/c ots 200 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2933.72 kcal; Białko ogółem: 143.26 g; Tłuszcz: 145.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.81 g; Węglowodany ogółem: 273.37 g; suma cukrów prostych: 45.2 g; Błonnik pokarmowy: 28.39 g; Sól: 9.39 g; WW: 24.73 Por; Cholesterol: 1444.38 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Ściśła dla matek po cesarskim cięciu		
chleb pszenno-krojonny 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g ,	chleb pszenno-krojonny 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g ,	chleb pszenno-krojonny 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;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Ściśła 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;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Ściśła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
grycikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), 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> ), 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> ), 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.: 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;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Ściśła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
grycikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), 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> ), 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 ,	grycikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), 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.: 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;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 966.51 kcal; Białko ogółem: 60.48 g; Tłuszcz: 35.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 114 g; suma cukrów prostych: 50.66 g; Błonnik pokarmowy: 5.67 g; Sól: 2.18 g; WW: 10.81 Por; Cholesterol: 155.71 mg;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenno-krojonny 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,	grycikowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), marchewka gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenno-krojonny 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), kakao proszek 30 g ,		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2012.52 kcal; Białko ogółem: 73.2 g; Tłuszcz: 51.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.28 g; Węglowodany ogółem: 233.82 g; suma cukrów prostych: 44.81 g; Błonnik pokarmowy: 34.93 g; Sól: 2.92 g; WW: 20.06 Por; Cholesterol: 209.39 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	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.: 1793.87 kcal; Białko ogółem: 58.53 g; Tłuszcz: 70.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.44 g; Węglowodany ogółem: 237.69 g; suma cukrów prostych: 20.62 g; Błonnik pokarmowy: 14.68 g; Sól: 1.45 g; WW: 22.56 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,			
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1601.42 kcal; Białko ogółem: 91.87 g; Tłuszcz: 41.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.23 g; Węglowodany ogółem: 254.19 g; suma cukrów prostych: 100.16 g; Błonnik pokarmowy: 50.53 g; Sól: 3.58 g; WW: 20.81 Por; Cholesterol: 211.43 mg;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , .leczo 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), jabłko 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,				
II Śniadanie:		Posiłek nocny:			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 835.18 kcal; Białko ogółem: 40.63 g; Tłuszcz: 25.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.73 g; Węglowodany ogółem: 112.1 g; suma cukrów prostych: 25.13 g; Błonnik pokarmowy: 18.1 g; Sól: 3.03 g; WW: 9.56 Por; Cholesterol: 91.25 mg;

poniedziałek 2024-05-27			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> ), makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g ,	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 150 g ( <u>SEL</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> ), .pasta z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , sałata zielona 20 g ,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2426.98 kcal; Białko ogółem: 112.6 g; Tłuszcz: 85.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.25 g; Węglowodany ogółem: 310.69 g; suma cukrów prostych: 69.84 g; Błonnik pokarmowy: 20.62 g; Sól: 5.15 g; WW: 29.35 Por; Cholesterol: 830.48 mg;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej		
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g ,	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .leczo 250 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), jabłko 150 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> ), .pasta z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 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> ), rzodkiewka 40g 40 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2260.65 kcal; Białko ogółem: 106.32 g; Tłuszcz: 84.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.08 g; Węglowodany ogółem: 282.28 g; suma cukrów prostych: 60.44 g; Błonnik pokarmowy: 41.89 g; Sól: 6.63 g; WW: 24.35 Por; Cholesterol: 788.17 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żyłt. 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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Leczo 250 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), jabłko 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyłt. 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 wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2254.28 kcal; Białko ogółem: 102.89 g; Tłuszcz: 77.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.76 g; Węglowodany ogółem: 298.66 g; suma cukrów prostych: 63.41 g; Błonnik pokarmowy: 41.69 g; Sól: 8.08 g; WW: 26.11 Por; Cholesterol: 745.07 mg;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żyłt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , dżem owocowy 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Leczo vegetariańskie 300 g , jabłko 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyłt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , hummus 130 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2084.34 kcal; Białko ogółem: 41.4 g; Tłuszcz: 70 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.79 g; Węglowodany ogółem: 335.99 g; suma cukrów prostych: 113.08 g; Błonnik pokarmowy: 45.23 g; Sól: 7.37 g; WW: 29.41 Por; Cholesterol: 1 mg;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), jabłko gotowane 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml , makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 150 g ( <u>SEL</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> ), .pasta z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), włośzczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2735.8 kcal; Białko ogółem: 124.66 g; Tłuszcz: 89.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.57 g; Węglowodany ogółem: 362.89 g; suma cukrów prostych: 85.99 g; Błonnik pokarmowy: 29.75 g; Sól: 5.28 g; WW: 33.7 Por; Cholesterol: 830.48 mg;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), jabłko gotowane 150 g , Herbata czarna b/c 400 ml , makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), wędlina 50 g ,	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 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 z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), włośzczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2398.18 kcal; Białko ogółem: 123.01 g; Tłuszcz: 90.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.68 g; Węglowodany ogółem: 284.88 g; suma cukrów prostych: 58.46 g; Błonnik pokarmowy: 45.37 g; Sól: 7.02 g; WW: 24.24 Por; Cholesterol: 832.88 mg;

poniedziałek 2024-05-27			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
chleb mieszany psz.-żyłt. 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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), jabłko gotowane 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml , makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), wędlina 50 g ,	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 150 g ( <u>SEL</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyłt. 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 z drobiu i warzyw 80 g ( <u>SEL</u> ), włośzczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2847.6 kcal; Białko ogółem: 125.26 g; Tłuszcz: 92.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.95 g; Węglowodany ogółem: 391.77 g; suma cukrów prostych: 90.79 g; Błonnik pokarmowy: 46.67 g; Sól: 5.9 g; WW: 34.92 Por; Cholesterol: 831.48 mg;