

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-06-06</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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), ziemniaki 200 g , .medalion z karkówki z cebulą 80 g ( <u>GLU</u> ), .sałatka z kalafiora 150 g ( <u>JAJ</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> ), .kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), musztarda 20 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2467.38 kcal; Białko ogółem: 109.55 g; Tłuszcz: 94.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.79 g; Węglowodany ogółem: 311.84 g; suma cukrów prostych: 56.65 g; Błonnik pokarmowy: 35.78 g; Sól: 8.51 g; WW: 27.83 Por; Cholesterol: 240.1 mg;

<b>czwartek 2024-06-06</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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ),	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), ziemniaki 200 g , .medalion z karkówki z cebulą 80 g ( <u>GLU</u> ), .sałatka z kalafiora 150 g ( <u>JAJ</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> ), .kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), musztarda 20 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ), herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2948.53 kcal; Białko ogółem: 123.13 g; Tłuszcz: 103.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.05 g; Węglowodany ogółem: 387.46 g; suma cukrów prostych: 88.73 g; Błonnik pokarmowy: 38.65 g; Sól: 9.1 g; WW: 35.22 Por; Cholesterol: 278.1 mg;

<b>czwartek 2024-06-06</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), ziemniaki 200 g , .medalion z karkówki z cebulą 80 g ( <u>GLU</u> ), .sałatka z kalafiora 150 g ( <u>JAJ</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> ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 50 g ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2418.27 kcal; Białko ogółem: 107.5 g; Tłuszcz: 87.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.79 g; Węglowodany ogółem: 317.24 g; suma cukrów prostych: 60.85 g; Błonnik pokarmowy: 35.44 g; Sól: 6.82 g; WW: 28.38 Por; Cholesterol: 198.88 mg;

<b>czwartek 2024-06-06</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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), ziemniaki 200 g , .medalion z karkówki z cebulą 80 g ( <u>GLU</u> ), .sałatka z kalafiora 150 g ( <u>JAJ</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> ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna z/c 400 ml , parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2748.94 kcal; Białko ogółem: 101.23 g; Tłuszcz: 104.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.86 g; Węglowodany ogółem: 354.15 g; suma cukrów prostych: 70.46 g; Błonnik pokarmowy: 39.95 g; Sól: 10.41 g; WW: 31.72 Por; Cholesterol: 246.33 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-06-06			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ),	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .medalion z karkówki z cebulą 80 g ( <u>GLU</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , dynia gotowana 150 g ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), .kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), musztarda 20 g , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z sera i jajka 50 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2992.17 kcal; Białko ogółem: 135.72 g; Tłuszcz: 115.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.83 g; Węglowodany ogółem: 370.25 g; suma cukrów prostych: 70.36 g; Błonnik pokarmowy: 40.7 g; Sól: 13.17 g; WW: 33.25 Por; Cholesterol: 429.64 mg;

czwartek 2024-06-06			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .medalion z karkówki z cebulą 80 g ( <u>GLU</u> ), .sałatka z kalafiora 150 g ( <u>JAJ</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> ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna z/c 400 ml , ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2627.77 kcal; Białko ogółem: 104.42 g; Tłuszcz: 94.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.55 g; Węglowodany ogółem: 343.16 g; suma cukrów prostych: 70.41 g; Błonnik pokarmowy: 39.85 g; Sól: 10.21 g; WW: 30.63 Por; Cholesterol: 219.38 mg;

czwartek 2024-06-06			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ),	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .udziec z kurczaka gotowany 120 g , sos do obiadu 100 g , dynia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2614.98 kcal; Białko ogółem: 122.43 g; Tłuszcz: 96.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.82 g; Węglowodany ogółem: 311.29 g; suma cukrów prostych: 62.07 g; Błonnik pokarmowy: 17.35 g; Sól: 7.78 g; WW: 29.74 Por; Cholesterol: 364.66 mg;

czwartek 2024-06-06			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ),	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .udziec z kurczaka gotowany 120 g , sos do obiadu 100 g , dynia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2832.98 kcal; Białko ogółem: 126.53 g; Tłuszcz: 102.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.53 g; Węglowodany ogółem: 349.69 g; suma cukrów prostych: 78.82 g; Błonnik pokarmowy: 18 g; Sól: 8.15 g; WW: 33.54 Por; Cholesterol: 385.66 mg;

czwartek 2024-06-06			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .udziec z kurczaka gotowany 120 g , sos do obiadu 100 g , .sałatka z kalafiora 150 g ( <u>JAJ</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , rzodkiewka 40g 40 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> ), ogórek świeży 100 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2474.09 kcal; Białko ogółem: 131.84 g; Tłuszcz: 88.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.87 g; Węglowodany ogółem: 297.34 g; suma cukrów prostych: 41.15 g; Błonnik pokarmowy: 38.85 g; Sól: 7.86 g; WW: 26.07 Por; Cholesterol: 305.13 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-06-06 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .udziec z kurczaka gotowany 120 g , sos do obiadu 100 g , .sałatka z kalafiora 150 g ( <u>JAJ</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: ogórek świeży 100 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sałata zielona 8g 8 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1983.99 kcal; Białko ogółem: 112.7 g; Tłuszcz: 67.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.63 g; Węglowodany ogółem: 246.1 g; suma cukrów prostych: 37.83 g; Błonnik pokarmowy: 30.85 g; Sól: 6.58 g; WW: 21.72 Por; Cholesterol: 254.53 mg;

czwartek 2024-06-06 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .udziec z kurczaka gotowany 120 g , sos do obiadu 100 g , .sałatka z kalafiora 150 g ( <u>JAJ</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , rzodkiewka 40g 40 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> ), ogórek świeży 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , gruszka 150 g , ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2520.34 kcal; Białko ogółem: 124.29 g; Tłuszcz: 89.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.18 g; Węglowodany ogółem: 322.62 g; suma cukrów prostych: 64.88 g; Błonnik pokarmowy: 41.07 g; Sól: 8.16 g; WW: 28.33 Por; Cholesterol: 314.88 mg;

czwartek 2024-06-06 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .udziec z kurczaka gotowany 120 g , sos do obiadu 100 g , .sałatka z kalafiora 150 g ( <u>JAJ</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , rzodkiewka 40g 40 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> ), ogórek świeży 100 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2394.59 kcal; Białko ogółem: 126.44 g; Tłuszcz: 85.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.87 g; Węglowodany ogółem: 297.34 g; suma cukrów prostych: 41.15 g; Błonnik pokarmowy: 38.85 g; Sól: 7.86 g; WW: 26.07 Por; Cholesterol: 305.13 mg;

czwartek 2024-06-06 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ),	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .udziec z kurczaka gotowany 120 g , sos do obiadu 100 g , .sałatka z kalafiora 150 g ( <u>JAJ</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .udziec z kurczaka gotowany 120 g ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , rzodkiewka 40g 40 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> ), ogórek świeży 100 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3048.37 kcal; Białko ogółem: 174.16 g; Tłuszcz: 119.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.07 g; Węglowodany ogółem: 329.42 g; suma cukrów prostych: 53.53 g; Błonnik pokarmowy: 39.45 g; Sól: 8.55 g; WW: 29.27 Por; Cholesterol: 509.41 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-06-06			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , dynia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	
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> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2017.76 kcal; Białko ogółem: 112.64 g; Tłuszcz: 47.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.29 g; Węglowodany ogółem: 292.08 g; suma cukrów prostych: 31.14 g; Błonnik pokarmowy: 19.82 g; Sól: 9.69 g; WW: 27.45 Por; Cholesterol: 134.13 mg;

czwartek 2024-06-06			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa
wędlina 50 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), chleb PKU 120g 120 g ,	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), dynia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g , Kotlety ziemniaczane 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),	chleb PKU 120g 120 g , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g ,	
II Śniadanie: chleb PKU 30g 30 g , pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: 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.: 2466.5 kcal; Białko ogółem: 58.25 g; Tłuszcz: 94.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.35 g; Węglowodany ogółem: 346.26 g; suma cukrów prostych: 24.15 g; Błonnik pokarmowy: 14.67 g; Sól: 4.89 g; WW: 33.27 Por; Cholesterol: 200.91 mg;

czwartek 2024-06-06			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , dynia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,	
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), dżem owocowy 50 g ,		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ), herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2396.73 kcal; Białko ogółem: 114.59 g; Tłuszcz: 51.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.53 g; Węglowodany ogółem: 366.42 g; suma cukrów prostych: 85.62 g; Błonnik pokarmowy: 21.18 g; Sól: 9.9 g; WW: 34.85 Por; Cholesterol: 152.13 mg;

czwartek 2024-06-06			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos do obiadu 100 g , dynia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,	
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2097.13 kcal; Białko ogółem: 105.83 g; Tłuszcz: 49.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.55 g; Węglowodany ogółem: 313.74 g; suma cukrów prostych: 76.97 g; Błonnik pokarmowy: 17.74 g; Sól: 8.82 g; WW: 29.86 Por; Cholesterol: 162.35 mg;

czwartek 2024-06-06			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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ),	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), ziemniaki 200 g , .medalion z karkówki z cebulą 80 g ( <u>GLU</u> ), .sałatka z kalafiora 150 g ( <u>JAJ</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> ), .kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), musztarda 20 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2760.38 kcal; Białko ogółem: 125.13 g; Tłuszcz: 101.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.81 g; Węglowodany ogółem: 343.82 g; suma cukrów prostych: 68.95 g; Błonnik pokarmowy: 36.38 g; Sól: 8.79 g; WW: 31.01 Por; Cholesterol: 260.1 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-06-06			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.: 2241.1 kcal; Białko ogółem: 127.07 g; Tłuszcz: 139.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.75 g; Węglowodany ogółem: 137.51 g; suma cukrów prostych: 4.15 g; Błonnik pokarmowy: 4.98 g; Sól: 1.61 g; WW: 13.41 Por; Cholesterol: 1040.36 mg;

czwartek 2024-06-06			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.: 2289.62 kcal; Białko ogółem: 128.24 g; Tłuszcz: 139.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.76 g; Węglowodany ogółem: 148.76 g; suma cukrów prostych: 4.7 g; Błonnik pokarmowy: 5.9 g; Sól: 1.62 g; WW: 14.46 Por; Cholesterol: 1040.36 mg;

czwartek 2024-06-06			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> , ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> , ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> , ),		pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>SEL</u> , ), ziemniaki 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ), sos do obiadu 100 g , dynia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,		chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), wędlina 50 g , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> , ), Herbata czarna z/c 400 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> , ),	
				Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , ), herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2567.37 kcal; Białko ogółem: 118.96 g; Tłuszcz: 71.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.8 g; Węglowodany ogółem: 370.99 g; suma cukrów prostych: 77.39 g; Błonnik pokarmowy: 20.23 g; Sól: 9.98 g; WW: 35.39 Por; Cholesterol: 226.06 mg;

czwartek 2024-06-06			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> , ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> , ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> , ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> , ),		pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>SEL</u> , ), ziemniaki 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ), sos do obiadu 100 g , dynia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,		chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> , ), wędlina 50 g , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> , ), Herbata czarna b/c 400 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> , ),	
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), pasta z wędliny drob. 50 g ,				Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2669.95 kcal; Białko ogółem: 122.13 g; Tłuszcz: 98.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.03 g; Węglowodany ogółem: 331.03 g; suma cukrów prostych: 30.88 g; Błonnik pokarmowy: 20.93 g; Sól: 9.95 g; WW: 31.3 Por; Cholesterol: 267.74 mg;

czwartek 2024-06-06			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> , ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> , ),		pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>SEL</u> , ), ziemniaki 200 g , .udziec z kurczaka gotowany 120 g , sos do obiadu 100 g , .sałatka z kalafiora 150 g ( <u>JAJ</u> , ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,		chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), wędlina 50 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , ),				Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> , ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2049.75 kcal; Białko ogółem: 128.5 g; Tłuszcz: 79.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.3 g; Węglowodany ogółem: 228.58 g; suma cukrów prostych: 38.7 g; Błonnik pokarmowy: 27.3 g; Sól: 6.25 g; WW: 20.35 Por; Cholesterol: 309.63 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-06-06 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa</span>		
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> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ogórek świeży 100 g ,	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), .ziemniaki 200 g , .udziec z kurczaka gotowany 120 g , sos do obiadu 100 g , .sałatka z kalafiora 150 g ( <u>JAJ</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , salata zielona 8g 8 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2214.07 kcal; Białko ogółem: 116.52 g; Tłuszcz: 84.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.76 g; Węglowodany ogółem: 262.67 g; suma cukrów prostych: 33.27 g; Błonnik pokarmowy: 34.85 g; Sól: 6.98 g; WW: 23.03 Por; Cholesterol: 300.91 mg;

czwartek 2024-06-06 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna</span>		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , dżem owocowy 50 g , wędlina 50 g ,	.pomidorowa z ryżem b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany w sosie b/glut b/ml 80 g , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , dynia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ), sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2064.58 kcal; Białko ogółem: 82.7 g; Tłuszcz: 51.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.74 g; Węglowodany ogółem: 325.63 g; suma cukrów prostych: 82.66 g; Błonnik pokarmowy: 22.97 g; Sól: 12.56 g; WW: 30.59 Por; Cholesterol: 79 mg;

czwartek 2024-06-06 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA</span>		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , wędlina 50 g , dżem owocowy 50 g ,	.pomidorowa z ryżem b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany w sosie b/glut b/ml 80 g , .sałatka z kalafiora 150 g ( <u>JAJ</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), .kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), musztarda 20 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2022.08 kcal; Białko ogółem: 88.76 g; Tłuszcz: 59.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.62 g; Węglowodany ogółem: 303.72 g; suma cukrów prostych: 71.79 g; Błonnik pokarmowy: 38.91 g; Sól: 11.47 g; WW: 26.82 Por; Cholesterol: 112.22 mg;

czwartek 2024-06-06 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Atopowa</span>		
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 ,
<b>II Śniadanie:</b> gruszka 300 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> kasza jaglana na wodzie 200 ml , Mus z jabłek b/c 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2118.15 kcal; Białko ogółem: 65.39 g; Tłuszcz: 89.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.21 g; Węglowodany ogółem: 271.99 g; suma cukrów prostych: 64.87 g; Błonnik pokarmowy: 40.69 g; Sól: 1.65 g; WW: 23.22 Por; Cholesterol: 148.47 mg;

czwartek 2024-06-06 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN</span>		
masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,	.pomidorowa z ryżem b/ml b/glu 350 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony b/glu b/ml 80 g , .sałatka z kalafiora 150 g ( <u>JAJ</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), Ciastka bezglutenowe 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2015.38 kcal; Białko ogółem: 95.87 g; Tłuszcz: 87.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 219.86 g; suma cukrów prostych: 45.08 g; Błonnik pokarmowy: 10.86 g; Sól: 5.56 g; WW: 21.02 Por; Cholesterol: 182.68 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-06-06			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA
pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , .pasta z jaj koperkiem 100 g (JAJ, ),	.pomidorowa z ryżem b/ml b/glu 350 g (SEL, może zawierać: SEL, GOR, ), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony b/glu b/ml 80 g , .sałatka z kalafiora 150 g (JAJ, ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .filet drobiowy duszony b/glu b/ml 80 g ,	wędlina 50 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna z/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g ,	
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (SEL, ), Ciastka bezglutenowe 50 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2091.31 kcal; Białko ogółem: 108.73 g; Tłuszcz: 90.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.64 g; Węglowodany ogółem: 223.01 g; suma cukrów prostych: 45.02 g; Błonnik pokarmowy: 14.62 g; Sól: 6.52 g; WW: 21.09 Por; Cholesterol: 671.55 mg;

czwartek 2024-06-06			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN
masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (MLE, ), serek wiejski 200 g (MLE, ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,	.pomidorowa z ryżem b/ml b/glu 350 g (SEL, może zawierać: SEL, GOR, ), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony b/glu b/ml 80 g , .sałatka z kalafiora 150 g (JAJ, ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .filet drobiowy duszony b/glu b/ml 80 g ,	masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (MLE, ), wędlina 50 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,	
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , ogórek świeży 50 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (MLE, ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2008.99 kcal; Białko ogółem: 118.1 g; Tłuszcz: 87.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.05 g; Węglowodany ogółem: 196.39 g; suma cukrów prostych: 27.51 g; Błonnik pokarmowy: 10.99 g; Sól: 5.71 g; WW: 18.67 Por; Cholesterol: 240.68 mg;

czwartek 2024-06-06			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML
pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , margaryna 15 g , wędlina 50 g , chleb razowy 120g 120 g (GLU, ),	.pomidorowa z ryżem b/ml b/glu 400 g (SEL, może zawierać: SEL, GOR, ), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy gotowany w sosie b/glut b/ml 80 g , .sałatka z kalafiora 150 g (JAJ, ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g ,	.kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g (GLU, SOJ, SEL, GOR, ), musztarda 20 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , margaryna 15 g , chleb razowy 120g 120 g (GLU, ),	
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (GLU, ), margaryna 15 g , ogórek świeży 50 g ,		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (SEL, ), chleb razowy 50g 50 g (GLU, ), margaryna 15 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2146.59 kcal; Białko ogółem: 91.64 g; Tłuszcz: 83.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.55 g; Węglowodany ogółem: 281.35 g; suma cukrów prostych: 40.6 g; Błonnik pokarmowy: 42.44 g; Sól: 12.45 g; WW: 24.19 Por; Cholesterol: 114.62 mg;

czwartek 2024-06-06			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 , .pasta z jaj koperkiem 100 g (JAJ, ),	.pomidorowa z ryżem b/ml b/glu 350 g (SEL, może zawierać: SEL, GOR, ), .ziemniaki 200 g , .filet drobiowy duszony b/glu b/ml 80 g , .sałatka z kalafiora 150 g (JAJ, ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .filet drobiowy duszony b/glu b/ml 80 g ,	wędlina 50 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g ,	
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , ogórek świeży 50 g ,		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (SEL, ), chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2105.82 kcal; Białko ogółem: 111.87 g; Tłuszcz: 96.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.65 g; Węglowodany ogółem: 210.98 g; suma cukrów prostych: 27.45 g; Błonnik pokarmowy: 14.75 g; Sól: 6.53 g; WW: 19.89 Por; Cholesterol: 671.55 mg;

czwartek 2024-06-06			Jadłospis dla diety: Dna moczanowa
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (GLU, ), chleb razowy 50g 50 g (GLU, ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (MLE, ), serek wiejski 200 g (MLE, ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, MLE, SEL, może zawierać: SEL, ), .ziemniaki 200 g , .sałatka z kalafiora 150 g (JAJ, ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , Kotlet z brokula 200 g (GLU, JAJ, ),	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (GLU, ), chleb razowy 50g 50 g (GLU, ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (MLE, ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna z/c 400 ml , ser wędzony 50 g (MLE, ),	
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (MLE, ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2548.91 kcal; Białko ogółem: 95.36 g; Tłuszcz: 102.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.71 g; Węglowodany ogółem: 329.46 g; suma cukrów prostych: 56.94 g; Błonnik pokarmowy: 40.08 g; Sól: 7.07 g; WW: 29.11 Por; Cholesterol: 210.01 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-06-06			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2			
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> , <u>_</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>_</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), marchewka gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> , <u>_</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> , <u>_</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;

czwartek 2024-06-06			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3			
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		pomidorowa z makaronem drobnym- dieta b/ml 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>_</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 100 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,		chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>_</u> ), sałata zielona 8g 8g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> , <u>_</u> ), dynia gotowana 100 g , sałata zielona 8g 8g ,				Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , kakao proszek 30 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2048.8 kcal; Białko ogółem: 94.42 g; Tłuszcz: 64.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.46 g; Węglowodany ogółem: 277.65 g; suma cukrów prostych: 51.2 g; Błonnik pokarmowy: 32.93 g; Sól: 5.02 g; WW: 24.8 Por; Cholesterol: 743.55 mg;

czwartek 2024-06-06			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> , <u>_</u> ), kleik ryżowy na wodzie 250 ml ,		zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</u> , <u>_</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> , <u>_</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> , <u>_</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> , <u>_</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1368.56 kcal; Białko ogółem: 39.24 g; Tłuszcz: 20.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.1 g; Węglowodany ogółem: 260.05 g; suma cukrów prostych: 10.42 g; Błonnik pokarmowy: 18.15 g; Sól: .79 g; WW: 24.27 Por; Cholesterol: 0 mg;

czwartek 2024-06-06			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS			
dżem 2 szt. ots 50 g , Herbata czarna b/c 250 ml , płatki jęczmieńne na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u> ), serek wiejski - ots 200 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ),		pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>_</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u> ), sos do obiadu 100 g , kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml ,		chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , miód 2 szt. - ots 50 g , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>_</u> ),		
				Posiłek nocny: ciasto jogurtowe 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: OZI</u> , <u>ORZ</u> , <u>_</u> ), sok przecier. warzywno-ow. 300-330ml ots 1 szt ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2418.18 kcal; Białko ogółem: 134.03 g; Tłuszcz: 67.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.05 g; Węglowodany ogółem: 323.12 g; suma cukrów prostych: 73.85 g; Błonnik pokarmowy: 23.48 g; Sól: 8.38 g; WW: 30.27 Por; Cholesterol: 742.25 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-06-06			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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , wędlina pakow. hermet. 100g ots 1 szt , pomidor b/skóry - ots 100 g , płatki jęczmieńne na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .filet drobiowy gotowany 100 g , sos do obiadu 100 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , dynia gotowana 100 g ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), serek wiejski - ots 200 g ( <u>MLE</u> ), hummus ots 1 szt ( <u>SEZ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ots 1 szt ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2807.94 kcal; Białko ogółem: 172.49 g; Tłuszcz: 115.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.76 g; Węglowodany ogółem: 279.39 g; suma cukrów prostych: 54.66 g; Błonnik pokarmowy: 30.11 g; Sól: 10.07 g; WW: 25.22 Por; Cholesterol: 783.95 mg;

czwartek 2024-06-06			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;

czwartek 2024-06-06			Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1103.1 kcal; Białko ogółem: 30.89 g; Tłuszcz: 11.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.43 g; Węglowodany ogółem: 218.9 g; suma cukrów prostych: .29 g; Błonnik pokarmowy: 8.91 g; Sól: .26 g; WW: 21.02 Por; Cholesterol: 0 mg;

czwartek 2024-06-06			Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1365.24 kcal; Białko ogółem: 38 g; Tłuszcz: 12.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.55 g; Węglowodany ogółem: 274.1 g; suma cukrów prostych: .35 g; Błonnik pokarmowy: 10.59 g; Sól: .56 g; WW: 26.33 Por; Cholesterol: 0 mg;

czwartek 2024-06-06			Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ),	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1309.44 kcal; Białko ogółem: 42.09 g; Tłuszcz: 19.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.27 g; Węglowodany ogółem: 242.54 g; suma cukrów prostych: 5.62 g; Błonnik pokarmowy: 12.87 g; Sól: 1.09 g; WW: 23.03 Por; Cholesterol: 69.05 mg;

czwartek 2024-06-06			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.: 968.39 kcal; Białko ogółem: 60.57 g; Tłuszcz: 35.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 114.24 g; suma cukrów prostych: 50.66 g; Błonnik pokarmowy: 5.67 g; Sól: 2.18 g; WW: 10.83 Por; Cholesterol: 155.71 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-06-06 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <b>MLE</b> ), chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 5 g ( <b>MLE</b> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <b>SEL</b> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,	grycikowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> , <b>może zawierać: GOR</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> ), sos koperkowy b/ml 100 ml ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), marchewka gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 5 g ( <b>MLE</b> ), jabłko pieczone 150 g , wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: suchary 50 g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> , <b>SOJ</b> , <b>MLE</b> ), 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.: 2018.04 kcal; Białko ogółem: 73.46 g; Tłuszcz: 51.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.28 g; Węglowodany ogółem: 234.51 g; suma cukrów prostych: 44.81 g; Błonnik pokarmowy: 34.93 g; Sól: 2.92 g; WW: 20.11 Por; Cholesterol: 209.39 mg;

czwartek 2024-06-06 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 ( <b>GLU</b> ), 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.: 1792.79 kcal; Białko ogółem: 58.43 g; Tłuszcz: 70.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.44 g; Węglowodany ogółem: 237.49 g; suma cukrów prostych: 20.53 g; Błonnik pokarmowy: 14.58 g; Sól: 1.44 g; WW: 22.55 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

czwartek 2024-06-06 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <b>JAJ</b> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żyłt. 100 g ( <b>GLU</b> ),	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <b>GLU</b> ), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g ( <b>GLU</b> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt ,	chleb mieszany psz-żyłt. 100 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), 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 ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2001.88 kcal; Białko ogółem: 78.66 g; Tłuszcz: 67.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.24 g; Węglowodany ogółem: 287.25 g; suma cukrów prostych: 83.39 g; Błonnik pokarmowy: 51.21 g; Sól: 4.56 g; WW: 23.87 Por; Cholesterol: 710.25 mg;

czwartek 2024-06-06 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> , <b>może zawierać: SEL</b> ), .ziemniaki 200 g , .medalion z karkówki z cebulą 80 g ( <b>GLU</b> ), .sałatka z kalafiora 150 g ( <b>JAJ</b> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , .medalion z karkówki z cebulą 80 g ( <b>GLU</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1234.31 kcal; Białko ogółem: 54.25 g; Tłuszcz: 60.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 13.24 g; Węglowodany ogółem: 122.36 g; suma cukrów prostych: 15.83 g; Błonnik pokarmowy: 11.27 g; Sól: 1.18 g; WW: 11.18 Por; Cholesterol: 113.07 mg;

czwartek 2024-06-06 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), serek wiejski 200 g ( <b>MLE</b> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , ryż na mleku 300 g ( <b>MLE</b> ),	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> , <b>może zawierać: SEL</b> ), .ziemniaki 200 g , .udziec z kurczaka gotowany 120 g , sos do obiadu 100 g , dynia gotowana 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), parówka 2 szt ( <b>GLU</b> , <b>SOJ</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> , <b>GOR</b> ), ketchup 20 g ( <b>SEL</b> ), salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: biskopty 50 g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> ),		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2784.48 kcal; Białko ogółem: 126.68 g; Tłuszcz: 98.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.46 g; Węglowodany ogółem: 344.84 g; suma cukrów prostych: 80.77 g; Błonnik pokarmowy: 17.75 g; Sól: 7.85 g; WW: 33.04 Por; Cholesterol: 433.66 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-06-06			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	pomidorowa z makaronem b/ mięsa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), ziemniaki 200 g , .sałatka z kalafiora 150 g ( <u>JAJ</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , Kotlet z brokuła 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),	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> ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna z/c 400 ml , ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> ),			
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2546.25 kcal; Białko ogółem: 94.72 g; Tłuszcz: 102.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.71 g; Węglowodany ogółem: 329.46 g; suma cukrów prostych: 56.94 g; Błonnik pokarmowy: 40.08 g; Sól: 7.03 g; WW: 29.11 Por; Cholesterol: 210.01 mg;

czwartek 2024-06-06			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , jabłko 150 g , pomidorowa z makaronem b/glut i b/ml 300 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ),	.kompot z porzeczek czarnych 250 ml , ratatouille 300 g , ziemniaki gotowane 200 g ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Herbata czarna z/c 400 ml , Pasta z ciecierzycy z warzywami 150 g ( <u>SEL</u> ), salata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g ,			
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2053.92 kcal; Białko ogółem: 45.77 g; Tłuszcz: 63.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.82 g; Węglowodany ogółem: 341.27 g; suma cukrów prostych: 111.53 g; Błonnik pokarmowy: 40.18 g; Sól: 4.17 g; WW: 30.3 Por; Cholesterol: 2.4 mg;

czwartek 2024-06-06			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), ziemniaki 200 g , .udziec z kurczaka gotowany 120 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , dynia gotowana 150 g ,	masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2662.41 kcal; Białko ogółem: 127.88 g; Tłuszcz: 100.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.79 g; Węglowodany ogółem: 321 g; suma cukrów prostych: 68.49 g; Błonnik pokarmowy: 22.1 g; Sól: 12.34 g; WW: 30.11 Por; Cholesterol: 367.66 mg;

czwartek 2024-06-06			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), ziemniaki 200 g , .medalion z karkówki z cebulą 80 g ( <u>GLU</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , dynia gotowana 150 g ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), .kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2863.67 kcal; Białko ogółem: 141.84 g; Tłuszcz: 119.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55.55 g; Węglowodany ogółem: 321.75 g; suma cukrów prostych: 59.96 g; Błonnik pokarmowy: 36.16 g; Sól: 12.82 g; WW: 28.73 Por; Cholesterol: 389.2 mg;

czwartek 2024-06-06			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
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> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ),	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), ziemniaki 200 g , .medalion z karkówki z cebulą 80 g ( <u>GLU</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , dynia gotowana 150 g ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), .kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), musztarda 20 g , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2778.79 kcal; Białko ogółem: 126.81 g; Tłuszcz: 102.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.15 g; Węglowodany ogółem: 353.84 g; suma cukrów prostych: 75 g; Błonnik pokarmowy: 36.7 g; Sól: 12.07 g; WW: 31.95 Por; Cholesterol: 272.1 mg;