

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2024-06-07</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , salata zielona 8g 8 g ,	.grochowa zasmażana 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .kotlet rybny 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</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> ), Herbata czarna z/c 400 ml , ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,
		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2376.77 kcal; Białko ogółem: 99.54 g; Tłuszcz: 91.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.72 g; Węglowodany ogółem: 303.95 g; suma cukrów prostych: 35.27 g; Błonnik pokarmowy: 46.94 g; Sól: 9.81 g; WW: 25.95 Por; Cholesterol: 196.99 mg;

<b>piątek 2024-06-07</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , salata zielona 8g 8 g , makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),	.grochowa zasmażana 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .kotlet rybny 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</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> ), Herbata czarna z/c 400 ml , ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,
		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2749.82 kcal; Białko ogółem: 114.83 g; Tłuszcz: 98.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.34 g; Węglowodany ogółem: 366.31 g; suma cukrów prostych: 67.3 g; Błonnik pokarmowy: 48.51 g; Sól: 10.16 g; WW: 32.05 Por; Cholesterol: 285.99 mg;

<b>piątek 2024-06-07</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> ), Herbata czarna z/c 400 ml , ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , salata zielona 8g 8 g ,	.zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .kotlet rybny 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</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> ), Herbata czarna z/c 400 ml , ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2241.22 kcal; Białko ogółem: 85.47 g; Tłuszcz: 88.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.08 g; Węglowodany ogółem: 285.02 g; suma cukrów prostych: 45.7 g; Błonnik pokarmowy: 37.29 g; Sól: 8.52 g; WW: 25.07 Por; Cholesterol: 203.67 mg;

<b>piątek 2024-06-07</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , salata zielona 8g 8 g ,	.grochowa zasmażana 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .kotlet rybny 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</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> ), Herbata czarna z/c 400 ml , ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: koktajl truskawkowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2537.95 kcal; Białko ogółem: 103.01 g; Tłuszcz: 93.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.16 g; Węglowodany ogółem: 346 g; suma cukrów prostych: 72.89 g; Błonnik pokarmowy: 48.17 g; Sól: 10.12 g; WW: 29.99 Por; Cholesterol: 212.99 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-06-07			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), jabłko gotowane 150 g , makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	.grochowa zasmażana 400 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .kotlet rybny 80 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), .szpinak oprószone 150 g ( <u>GLU, MLE</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> ), Herbata czarna z/c 400 ml , ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2732.23 kcal; Białko ogółem: 114.04 g; Tłuszcz: 100.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.19 g; Węglowodany ogółem: 359.22 g; suma cukrów prostych: 75.05 g; Błonnik pokarmowy: 63.6 g; Sól: 12.73 g; WW: 29.97 Por; Cholesterol: 216.99 mg;

piątek 2024-06-07			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , sałata zielona 8g 8 g ,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .pulpety rybne w sosie 80 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, MLE</u> ), .szpinak oprószone 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g , biszkopty 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),		Posiłek nocny: pączek 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2729.72 kcal; Białko ogółem: 99.69 g; Tłuszcz: 95.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.71 g; Węglowodany ogółem: 385.53 g; suma cukrów prostych: 97.98 g; Błonnik pokarmowy: 35.25 g; Sól: 6.15 g; WW: 35.3 Por; Cholesterol: 464.57 mg;

piątek 2024-06-07			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , .twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 150 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g , chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), jabłko gotowane 150 g , makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .pulpety rybne w sosie 80 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, MLE</u> ), .szpinak oprószone 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , sałata zielona 20 g ,			
		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2237.54 kcal; Białko ogółem: 105.24 g; Tłuszcz: 73.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.6 g; Węglowodany ogółem: 285.51 g; suma cukrów prostych: 63.44 g; Błonnik pokarmowy: 25.94 g; Sól: 3.81 g; WW: 26.33 Por; Cholesterol: 199.27 mg;

piątek 2024-06-07			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , .twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 150 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g , chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), jabłko gotowane 150 g , makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .pulpety rybne w sosie 80 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, MLE</u> ), .szpinak oprószone 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , wędlina 50 g , sałata zielona 20 g ,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g , biszkopty 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),		Posiłek nocny: koktajl truskawkowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2491.2 kcal; Białko ogółem: 112.17 g; Tłuszcz: 69.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.48 g; Węglowodany ogółem: 359.82 g; suma cukrów prostych: 118.82 g; Błonnik pokarmowy: 26.89 g; Sól: 3.9 g; WW: 33.61 Por; Cholesterol: 230.27 mg;

piątek 2024-06-07			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , .twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 150 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , sałata zielona 8g 8 g , chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),	.grochowa zasmażana 400 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .pulpety rybne w sosie 80 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, MLE</u> ), .szpinak oprószone 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , papryka świeża 100 g ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Podwieczorek: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g ,			
		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2237.39 kcal; Białko ogółem: 115.24 g; Tłuszcz: 72.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.77 g; Węglowodany ogółem: 298.58 g; suma cukrów prostych: 35.38 g; Błonnik pokarmowy: 51.12 g; Sól: 10.45 g; WW: 25.07 Por; Cholesterol: 167.21 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-06-07 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , .twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 150 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , sałata zielona 8g 8 g , chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .pulpety rybne w sosie 80 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, MLE</u> ), .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , papryka świeża 100 g ,
II Śniadanie: pomidor 100 g ,		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1765.57 kcal; Białko ogółem: 92.37 g; Tłuszcz: 58.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.25 g; Węglowodany ogółem: 223.37 g; suma cukrów prostych: 21.02 g; Błonnik pokarmowy: 31.09 g; Sól: 3.86 g; WW: 19.52 Por; Cholesterol: 148.59 mg;

piątek 2024-06-07 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
Herbata czarna b/c 400 ml , .twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 150 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , sałata zielona 8g 8 g , chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ),	.grochowa zasmażana 400 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .pulpety rybne w sosie 80 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, MLE</u> ), .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , papryka świeża 100 g ,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g , chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), gruszka 150 g , pomidor 50 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> ), sałata zielona 8g 8 g , wędlina 30g 30 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2613.8 kcal; Białko ogółem: 121.5 g; Tłuszcz: 96.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.64 g; Węglowodany ogółem: 342.13 g; suma cukrów prostych: 54.62 g; Błonnik pokarmowy: 53.83 g; Sól: 9.29 g; WW: 29.05 Por; Cholesterol: 247.34 mg;

piątek 2024-06-07 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , .twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 150 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , sałata zielona 8g 8 g , chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),	.grochowa zasmażana 400 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .pulpety rybne w sosie 80 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, MLE</u> ), .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , papryka świeża 100 g ,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2038.32 kcal; Białko ogółem: 111.25 g; Tłuszcz: 62.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.12 g; Węglowodany ogółem: 271.22 g; suma cukrów prostych: 32.43 g; Błonnik pokarmowy: 46.57 g; Sól: 9.8 g; WW: 22.77 Por; Cholesterol: 141.91 mg;

piątek 2024-06-07 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , .twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 150 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , sałata zielona 8g 8 g , chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	.grochowa zasmażana 400 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .pulpety rybne w sosie 80 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, MLE</u> ), .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , papryka świeża 100 g ,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	Podwieczorek: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,	Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2501.1 kcal; Białko ogółem: 129.13 g; Tłuszcz: 83.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.75 g; Węglowodany ogółem: 323.76 g; suma cukrów prostych: 46.66 g; Błonnik pokarmowy: 50.66 g; Sól: 11.25 g; WW: 27.66 Por; Cholesterol: 208.96 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-06-07			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
.twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 150 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), jabłko gotowane 150 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .pulpety rybne w sosie 80 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, MLE</u> ), .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , seler gotowany 50 g ( <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 30g 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1984.5 kcal; Białko ogółem: 108.47 g; Tłuszcz: 48.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.51 g; Węglowodany ogółem: 278.98 g; suma cukrów prostych: 37.68 g; Błonnik pokarmowy: 32.74 g; Sól: 6.58 g; WW: 25.04 Por; Cholesterol: 108.99 mg;

piątek 2024-06-07			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
jabłko gotowane 150 g , Herbata czarna b/c 400 ml , chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlety z brokuła 200 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	chleb PKU 120g 120 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , seler gotowany 50 g ( <u>SEL</u> ), masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: chleb PKU 30g 30 g , wędlina 30g 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2371.52 kcal; Białko ogółem: 50.41 g; Tłuszcz: 106.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.32 g; Węglowodany ogółem: 306.32 g; suma cukrów prostych: 39.66 g; Błonnik pokarmowy: 30.39 g; Sól: 3.77 g; WW: 27.81 Por; Cholesterol: 253.81 mg;

piątek 2024-06-07			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
Herbata czarna z/c 400 ml , .twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 150 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g , chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), jabłko gotowane 150 g ,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .pulpety rybne w sosie 80 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, MLE</u> ), .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , seler gotowany 50 g ( <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), biszkopty 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2076.67 kcal; Białko ogółem: 99.31 g; Tłuszcz: 45.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.16 g; Węglowodany ogółem: 317.15 g; suma cukrów prostych: 91.91 g; Błonnik pokarmowy: 28.79 g; Sól: 3.75 g; WW: 29.13 Por; Cholesterol: 165.59 mg;

piątek 2024-06-07			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Herbata czarna z/c 400 ml , .twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 150 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g , chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), jabłko gotowane 150 g , makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .pulpety rybne w sosie 80 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, MLE</u> ), .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , seler gotowany 50 g ( <u>SEL</u> ),			
		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2013.07 kcal; Białko ogółem: 105.5 g; Tłuszcz: 47.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.46 g; Węglowodany ogółem: 288.37 g; suma cukrów prostych: 64.26 g; Błonnik pokarmowy: 27.99 g; Sól: 3.95 g; WW: 26.42 Por; Cholesterol: 116.59 mg;

piątek 2024-06-07			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , salata zielona 8g 8 g , makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	.grochowa zasmażana 400 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .kotle rybny 80 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2653.67 kcal; Białko ogółem: 113.38 g; Tłuszcz: 97.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.85 g; Węglowodany ogółem: 347.62 g; suma cukrów prostych: 60.12 g; Błonnik pokarmowy: 50.54 g; Sól: 12.43 g; WW: 30.04 Por; Cholesterol: 216.99 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-06-07		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ),	płynna - obiad 600 ml ,	płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ),
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ),

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

piątek 2024-06-07		
Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ),	papkowata - obiad 650 ml ,	papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ),
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ),		Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ),

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

piątek 2024-06-07		
Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
Herbata czarna z/c 400 ml , .twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 150 g ( <u>MLE, _</u> ), dżem owocowy 25 g , chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU, _</u> ), jabłko gotowane 150 g , makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, _</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .pulpety rybne w sosie 80 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, MLE, _</u> ), .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU, MLE, _</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU, _</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , seler gotowany 50 g ( <u>SEL, _</u> ), Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, _</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ),
		Posiłek nocny: pączek 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE, _</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2751.85 kcal; Białko ogółem: 109.84 g; Tłuszcz: 95.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.7 g; Węglowodany ogółem: 371.06 g; suma cukrów prostych: 88.81 g; Błonnik pokarmowy: 30.09 g; Sól: 4.29 g; WW: 34.55 Por; Cholesterol: 344.27 mg;

piątek 2024-06-07		
Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
.twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 150 g ( <u>MLE, _</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU, _</u> ), jabłko gotowane 150 g , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, _</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .pulpety rybne w sosie 80 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, MLE, _</u> ), .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU, MLE, _</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU, _</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , seler gotowany 50 g ( <u>SEL, _</u> ), Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, _</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ),
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2430.78 kcal; Białko ogółem: 117.67 g; Tłuszcz: 97.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.39 g; Węglowodany ogółem: 279.83 g; suma cukrów prostych: 28.1 g; Błonnik pokarmowy: 28.99 g; Sól: 3.85 g; WW: 25.52 Por; Cholesterol: 234.77 mg;

piątek 2024-06-07		
Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , .twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 150 g ( <u>MLE, _</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , salata zielona 8g 8 g , chleb razowy 100 g ( <u>GLU, _</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 150 g , .pulpety rybne w sosie 80 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, MLE, _</u> ), .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU, MLE, _</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , papryka świeża 100 g ,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL, _</u> ),		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1701.51 kcal; Białko ogółem: 90.71 g; Tłuszcz: 58.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.21 g; Węglowodany ogółem: 208.42 g; suma cukrów prostych: 28.66 g; Błonnik pokarmowy: 29.59 g; Sól: 5.64 g; WW: 18.16 Por; Cholesterol: 148.19 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-06-07 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 150 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , sałata zielona 8g 8 g , chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),	.grochowa zasmażana 400 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .pulpety rybne w sosie 80 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, MLE</u> ), .szpinak oprószony 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , papryka świeża 100 g ,
		Posiłek nocny: pączek 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2292.82 kcal; Białko ogółem: 110.45 g; Tłuszcz: 74.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.54 g; Węglowodany ogółem: 316.22 g; suma cukrów prostych: 44.13 g; Błonnik pokarmowy: 44.47 g; Sól: 7.8 g; WW: 27.47 Por; Cholesterol: 286.91 mg;

piątek 2024-06-07 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
Herbata czarna z/c 400 ml , chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), jabłko gotowane 150 g , margaryna 15 g , filet z indyka gotowany 100 g ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), szpinak gotowany b/glut, b/ml 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , seler gotowany 50 g ( <u>SEL</u> ), wędlina 50 g , margaryna 15 g ,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1936.41 kcal; Białko ogółem: 86.74 g; Tłuszcz: 55.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.01 g; Węglowodany ogółem: 282.07 g; suma cukrów prostych: 75.84 g; Błonnik pokarmowy: 32.22 g; Sól: 6.58 g; WW: 25.34 Por; Cholesterol: 164.44 mg;

piątek 2024-06-07 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , rzodkiewka 40g 40 g , sałata zielona 8g 8 g , margaryna 15 g , hummus 50 g ( <u>SEZ</u> ),	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), szpinak gotowany b/glut, b/ml 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , papryka świeża 100 g , margaryna 15 g , pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g ,
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1927.77 kcal; Białko ogółem: 69.34 g; Tłuszcz: 65.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.86 g; Węglowodany ogółem: 281.88 g; suma cukrów prostych: 44.89 g; Błonnik pokarmowy: 37.05 g; Sól: 6.92 g; WW: 24.82 Por; Cholesterol: 125.44 mg;

piątek 2024-06-07 Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g ( <u>GLU</u> ), Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atopowa 240 g , ziemniaki gotowane 200 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml ( <u>GLU</u> ), brokuł gotowany 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt ,	Zapiekanek z ziemniaków i warzyw - d. atopowa 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: kisiel z jabłek z/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , ryż na wodzie 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1870.53 kcal; Białko ogółem: 60.65 g; Tłuszcz: 69.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.17 g; Węglowodany ogółem: 259.82 g; suma cukrów prostych: 73.86 g; Błonnik pokarmowy: 38.65 g; Sól: 1.93 g; WW: 22.4 Por; Cholesterol: 138.52 mg;

piątek 2024-06-07 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , sałata zielona 8g 8 g , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .ryba gotowana 120 g ( <u>GLU, RYB</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g , szpinak gotowany b/glut, b/ml 150 g ,	masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,
		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2033.06 kcal; Białko ogółem: 88.02 g; Tłuszcz: 99.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.4 g; Węglowodany ogółem: 194.21 g; suma cukrów prostych: 26.07 g; Błonnik pokarmowy: 9.34 g; Sól: 2.72 g; WW: 18.64 Por; Cholesterol: 178.23 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-06-07 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
Herbata czarna z/c 400 ml , rzodkiewka 40g 40 g , salata zielona 8g 8 g , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .ryba gotowana 120 g ( <u>RYB</u> ), szpinak gotowany b/glut, b/ml 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g ,	margaryna 15 g , Herbata czarna z/c 400 ml , papryka świeża 100 g , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 150 g ,
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2001.89 kcal; Białko ogółem: 92.39 g; Tłuszcz: 94.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.16 g; Węglowodany ogółem: 206.16 g; suma cukrów prostych: 39.31 g; Błonnik pokarmowy: 13.72 g; Sól: 3.32 g; WW: 19.46 Por; Cholesterol: 97.55 mg;

piątek 2024-06-07 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , salata zielona 8g 8 g , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .ryba gotowana 120 g ( <u>RYB</u> ), szpinak gotowany b/glut, b/ml 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g ,	masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , chleb bezglutenowy 120g 120 g ,
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2194.12 kcal; Białko ogółem: 99.03 g; Tłuszcz: 112.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.99 g; Węglowodany ogółem: 197.35 g; suma cukrów prostych: 20.75 g; Błonnik pokarmowy: 12.7 g; Sól: 5.06 g; WW: 18.66 Por; Cholesterol: 203.03 mg;

piątek 2024-06-07 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
Herbata czarna b/c 400 ml , rzodkiewka 40g 40 g , salata zielona 8g 8 g , margaryna 15 g , hummus 50 g ( <u>SEZ</u> ), chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), szpinak gotowany b/glut, b/ml 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g , margaryna 15 g , pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g ,
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pomidor 50 g ,		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1911.02 kcal; Białko ogółem: 69.09 g; Tłuszcz: 76.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.66 g; Węglowodany ogółem: 254.04 g; suma cukrów prostych: 31.5 g; Błonnik pokarmowy: 37.41 g; Sól: 7.26 g; WW: 21.96 Por; Cholesterol: 127.34 mg;

piątek 2024-06-07 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
rzodkiewka 40g 40 g , salata zielona 8g 8 g , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .ryba gotowana 120 g ( <u>RYB</u> ), szpinak gotowany b/glut, b/ml 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu b/glut, b/ml 100 g ,	margaryna 15 g , Herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g , chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 150 g ,
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 15 g , pomidor 50 g ,		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2129.34 kcal; Białko ogółem: 95.24 g; Tłuszcz: 110.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.19 g; Węglowodany ogółem: 201.6 g; suma cukrów prostych: 22.64 g; Błonnik pokarmowy: 14.28 g; Sól: 3.33 g; WW: 18.97 Por; Cholesterol: 97.55 mg;

piątek 2024-06-07 Jadłospis dla diety: Dna moczaniowa		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , salata zielona 8g 8 g ,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .kotlet rybny 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), szpinak oprószony 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</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> ), Herbata czarna z/c 400 ml , ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,
		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2160.22 kcal; Białko ogółem: 82.47 g; Tłuszcz: 87.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.93 g; Węglowodany ogółem: 267.92 g; suma cukrów prostych: 33.1 g; Błonnik pokarmowy: 33.69 g; Sól: 6.18 g; WW: 23.67 Por; Cholesterol: 203.67 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-06-07			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. b/ml - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		marchewkowa z ziemniakami - dieta b/ml 300 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Mięso drobiowe gotowane 100 g, sos pietruszkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ), bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g,				Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 50 g ( <u>SEL</u> ), kakao proszek 30 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2231.16 kcal; Białko ogółem: 93.1 g; Tłuszcz: 70.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.6 g; Węglowodany ogółem: 230.64 g; suma cukrów prostych: 32.41 g; Błonnik pokarmowy: 23.46 g; Sól: 4.99 g; WW: 20.95 Por; Cholesterol: 737.43 mg;

piątek 2024-06-07			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		krupnik z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Makaron drobny gotowany 200 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos boloński z mięsa drob. -dieta 200 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: SEL</u> ), cukinia gotowana 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g,				Posiłek nocny: kakao proszek 30 g, jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2038.29 kcal; Białko ogółem: 100.92 g; Tłuszcz: 72.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 250.97 g; suma cukrów prostych: 58.3 g; Błonnik pokarmowy: 30.65 g; Sól: 7.53 g; WW: 22.28 Por; Cholesterol: 719.56 mg;

piątek 2024-06-07			Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), kleik ryżowy na wodzie 250 ml,		zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, marchewka gotowana z olejem 100 g, Herbata czarna b/c 200 ml,		kleik ryżowy na wodzie 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,				Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	

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

piątek 2024-06-07			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
chleb graham OTS 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka grahamka ots 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), kielbasa biała - ots 120 g, ketchup saszetka ots 1 szt ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, jabłko gotowane 150 g, kasza kukurydziana na mleku OTS 400 g ( <u>MLE</u> ),		zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, .pulpety rybne w sosie 80 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, MLE</u> ), szpinak oprószany 100 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml, sos do obiadu 100 g,		chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), hummus ots 130 g ( <u>SEZ</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	
				Posiłek nocny: bułka maślana ots 1 szt ( <u>GLU, MLE</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), miód 1szt ots 25 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2920.06 kcal; Białko ogółem: 101.08 g; Tłuszcz: 125.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.1 g; Węglowodany ogółem: 353.75 g; suma cukrów prostych: 55.99 g; Błonnik pokarmowy: 37.61 g; Sól: 5.53 g; WW: 31.72 Por; Cholesterol: 187.26 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-06-07			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), kiełbasa śląska -ots 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup saszetka ots 1 szt ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , brokuł gotowany 100 g , kasza kukurydziana na mleku ots 400 g ( <u>MLE</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpety rybne w sosie 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> ), brokuł gotowany 100 g , sos do obiadu 100 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), hummus ots 130 g ( <u>SEZ</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
			Posiłek nocny: chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob i warzyw ots 100 g ( <u>SEL</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2658.15 kcal; Białko ogółem: 113.73 g; Tłuszcz: 124.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.56 g; Węglowodany ogółem: 279.69 g; suma cukrów prostych: 33.62 g; Błonnik pokarmowy: 29.85 g; Sól: 6.64 g; WW: 24.95 Por; Cholesterol: 299.68 mg;

piątek 2024-06-07			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;

piątek 2024-06-07			Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

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

piątek 2024-06-07			Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1360.2 kcal; Białko ogółem: 37.79 g; Tłuszcz: 12.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.55 g; Węglowodany ogółem: 273.44 g; suma cukrów prostych: .35 g; Błonnik pokarmowy: 10.59 g; Sól: .56 g; WW: 26.27 Por; Cholesterol: 0 mg;

piątek 2024-06-07			Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ),	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1304.4 kcal; Białko ogółem: 41.88 g; Tłuszcz: 19.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.27 g; Węglowodany ogółem: 241.88 g; suma cukrów prostych: 5.62 g; Błonnik pokarmowy: 12.87 g; Sól: 1.09 g; WW: 22.97 Por; Cholesterol: 69.05 mg;

piątek 2024-06-07			Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

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

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-06-07 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,	grysikowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 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</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>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;

piątek 2024-06-07 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 Por ( <u>GLU</u> ), brokuł gotowany 100 g ,	wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1793.87 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;

piątek 2024-06-07 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żył. 100 g ( <u>GLU</u> ),	krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g ( <u>GLU</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atapowa 240 g , brokuł gotowany 150 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml ( <u>GLU</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt ,	chleb mieszany psz-żył. 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: banan 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1920.55 kcal; Białko ogółem: 81.95 g; Tłuszcz: 68.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.09 g; Węglowodany ogółem: 276.54 g; suma cukrów prostych: 98.97 g; Błonnik pokarmowy: 52.91 g; Sól: 4.71 g; WW: 22.68 Por; Cholesterol: 649.23 mg;

piątek 2024-06-07 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	.grochowa zasmażana 400 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .kotlet rybny 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), .szpinak oprószony 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 908.01 kcal; Białko ogółem: 50.91 g; Tłuszcz: 29.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.38 g; Węglowodany ogółem: 120.23 g; suma cukrów prostych: 6.88 g; Błonnik pokarmowy: 21.6 g; Sól: 4.27 g; WW: 9.98 Por; Cholesterol: 34.31 mg;

piątek 2024-06-07 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , .twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 150 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 25 g , chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), jabłko gotowane 150 g , makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .pulpety rybne w sosie 80 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> ), .szpinak oprószony 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , salata zielona 20 g ,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2327.54 kcal; Białko ogółem: 105.64 g; Tłuszcz: 73.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.64 g; Węglowodany ogółem: 307.31 g; suma cukrów prostych: 84.64 g; Błonnik pokarmowy: 26.34 g; Sól: 3.82 g; WW: 28.43 Por; Cholesterol: 199.27 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-06-07			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , ser żółty 50g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40g , salata zielona 8g 8 g ,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .kotlet rybny 80 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU, MLE</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 16,67g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g ,			
		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			
<b>Wartości odżywcze:</b> Wart.energ.: 2160.22 kcal; Białko ogółem: 82.47 g; Tłuszcz: 87.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.93 g; Węglowodany ogółem: 267.92 g; suma cukrów prostych: 33.1 g; Błonnik pokarmowy: 33.69 g; Sól: 6.18 g; WW: 23.67 Por; Cholesterol: 203.67 mg;					

piątek 2024-06-07			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Herbata czarna z/c 400 ml , hummus 115 g ( <u>SEZ</u> ), pomidor 100 g ,	.kompot z porzeczek czarnych 250 ml , gulasz z tofu 250 g ( <u>SOJ, może zawierać: SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany 200 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ),	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Herbata czarna z/c 400 ml , salátka z kaszą (vegan) 250 g ( <u>GLU</u> ),			
		Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g ,			
<b>Wartości odżywcze:</b> Wart.energ.: 2187.65 kcal; Białko ogółem: 50.46 g; Tłuszcz: 78.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.31 g; Węglowodany ogółem: 325.71 g; suma cukrów prostych: 57.7 g; Błonnik pokarmowy: 35.33 g; Sól: 6.96 g; WW: 29.26 Por; Cholesterol: 18.95 mg;					

piątek 2024-06-07			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , .twaróg krajanka z mlekiem i koperkiem 150 g ( <u>MLE</u> ), jabłko gotowane 150 g , makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), dżem owocowy 50 g ,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .pulpety rybne w sosie 80 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, MLE</u> ), .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , sos do obiadu 100 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			
<b>Wartości odżywcze:</b> Wart.energ.: 2409.13 kcal; Białko ogółem: 109.53 g; Tłuszcz: 77.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.96 g; Węglowodany ogółem: 318.72 g; suma cukrów prostych: 87.5 g; Błonnik pokarmowy: 34.06 g; Sól: 6.43 g; WW: 28.94 Por; Cholesterol: 199.27 mg;					

piątek 2024-06-07			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), .jabłko gotowane 150 g , makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ),	.grochowa zasmażana 400 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .kotlet rybny 80 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			
<b>Wartości odżywcze:</b> Wart.energ.: 2899.91 kcal; Białko ogółem: 138.42 g; Tłuszcz: 117.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 49.7 g; Węglowodany ogółem: 338.45 g; suma cukrów prostych: 68.34 g; Błonnik pokarmowy: 64.27 g; Sól: 15.02 g; WW: 27.8 Por; Cholesterol: 273.69 mg;					

piątek 2024-06-07			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , ser żółty 50g ( <u>MLE</u> ), jabłko gotowane 150 g , makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	.grochowa zasmażana 400 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .kotlet rybny 80 g ( <u>GLU, JAJ, RYB</u> ), .szpinak oprószany 150 g ( <u>GLU, MLE</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 16,67g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ),			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			
<b>Wartości odżywcze:</b> Wart.energ.: 2732.23 kcal; Białko ogółem: 114.04 g; Tłuszcz: 100.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.19 g; Węglowodany ogółem: 359.22 g; suma cukrów prostych: 75.05 g; Błonnik pokarmowy: 63.6 g; Sól: 12.73 g; WW: 29.97 Por; Cholesterol: 216.99 mg;					