

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-06-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> , <b>MLE</b> ), serek do smarowania 80 g ( <b>MLE</b> , <b>MLE</b> ), pomidor 50 g , sałata zielona 8g 8g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z fasolki szparag. -dieta 400 ml ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> ), Makaron ugotowany 200 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), sos boloński z mięsem drob. 200 ml ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> , <b>może zawierać: SEL</b> ), jabłko 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> , <b>MLE</b> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <b>JAJ</b> , <b>SEL</b> , <b>MLE</b> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2245.37 kcal; Białko ogółem: 88.64 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.81 g; Węglowodany ogółem: 301.81 g; suma cukrów prostych: 42.84 g; Błonnik pokarmowy: 46.22 g; Sól: 6.55 g; WW: 25.77 Por; Cholesterol: 262.98 mg;

<b>poniedziałek 2024-06-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
kasza manna na mleku 300 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> , <b>MLE</b> ), serek do smarowania 80 g ( <b>MLE</b> , <b>MLE</b> ), pomidor 50 g , sałata zielona 8g 8g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z fasolki szparag. -dieta 400 ml ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> ), Makaron ugotowany 250 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), sos boloński z mięsem drob. 200 ml ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> , <b>może zawierać: SEL</b> ), jabłko 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> , <b>MLE</b> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <b>JAJ</b> , <b>SEL</b> , <b>MLE</b> ), wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy 300 ml , herbatniki 50 g ( <b>GLU</b> , <b>SOJ</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2759.42 kcal; Białko ogółem: 109.98 g; Tłuszcz: 93.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.72 g; Węglowodany ogółem: 382.2 g; suma cukrów prostych: 71.86 g; Błonnik pokarmowy: 47.81 g; Sól: 7.23 g; WW: 33.7 Por; Cholesterol: 303.98 mg;

<b>poniedziałek 2024-06-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>		
chleb razowy 120g 120 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> , <b>MLE</b> ), serek do smarowania 80 g ( <b>MLE</b> , <b>MLE</b> ), pomidor 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,	zupa z fasolki szparag. -dieta 400 ml ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> ), Makaron ugotowany 200 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), sos boloński z mięsem drob. 200 ml ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> , <b>może zawierać: SEL</b> ), jabłko 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> , <b>MLE</b> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <b>JAJ</b> , <b>SEL</b> , <b>MLE</b> ), wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <b>MLE</b> , <b>MLE</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2147.9 kcal; Białko ogółem: 95.33 g; Tłuszcz: 70.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.38 g; Węglowodany ogółem: 292.83 g; suma cukrów prostych: 69.23 g; Błonnik pokarmowy: 42.42 g; Sól: 6.49 g; WW: 25.14 Por; Cholesterol: 240.78 mg;

<b>poniedziałek 2024-06-10</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> , <b>MLE</b> ), serek do smarowania 80 g ( <b>MLE</b> , <b>MLE</b> ), pomidor 50 g , sałata zielona 8g 8g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z fasolki szparag. -dieta 400 ml ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> ), Makaron ugotowany 200 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), sos boloński z mięsem drob. 200 ml ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> , <b>może zawierać: SEL</b> ), jabłko 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> , <b>MLE</b> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <b>JAJ</b> , <b>SEL</b> , <b>MLE</b> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE</b> , <b>MLE</b> ),		<b>Posiłek nocny:</b> sok owocowy 200ml 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2459.37 kcal; Białko ogółem: 94.39 g; Tłuszcz: 81.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.76 g; Węglowodany ogółem: 331.51 g; suma cukrów prostych: 64.09 g; Błonnik pokarmowy: 31.97 g; Sól: 5.13 g; WW: 30.07 Por; Cholesterol: 271.98 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-10			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 do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , dynia gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa z fasolki szparag. -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Makaron ugotowany 200 g ( <u>GLU</u> ), sos boloński z mięsem drob. 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), jabłko gotowane 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 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> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2773.56 kcal; Białko ogółem: 98.88 g; Tłuszcz: 87.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.91 g; Węglowodany ogółem: 408.98 g; suma cukrów prostych: 88 g; Błonnik pokarmowy: 46.98 g; Sól: 6.95 g; WW: 36.51 Por; Cholesterol: 282.98 mg;

poniedziałek 2024-06-10			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 do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , sałata zielona 8g 8g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z fasolki szparag. -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Makaron ugotowany 200 g ( <u>GLU</u> ), sos boloński z mięsem drob. 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), jabłko 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 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> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2433.37 kcal; Białko ogółem: 96.59 g; Tłuszcz: 83.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.02 g; Węglowodany ogółem: 324.71 g; suma cukrów prostych: 64.49 g; Błonnik pokarmowy: 43.77 g; Sól: 5.29 g; WW: 28.29 Por; Cholesterol: 271.98 mg;

poniedziałek 2024-06-10			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z fasolki szparag. -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Makaron ugotowany 200 g ( <u>GLU</u> ), sos boloński z mięsa drob. -dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), jabłko 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa -dieta 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2203.17 kcal; Białko ogółem: 97.68 g; Tłuszcz: 67.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.1 g; Węglowodany ogółem: 303.38 g; suma cukrów prostych: 52.81 g; Błonnik pokarmowy: 30.62 g; Sól: 6.06 g; WW: 27.47 Por; Cholesterol: 280.43 mg;

poniedziałek 2024-06-10			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z fasolki szparag. -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Makaron ugotowany 200 g ( <u>GLU</u> ), sos boloński z mięsa drob. -dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), jabłko 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa -dieta 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2335.17 kcal; Białko ogółem: 103.23 g; Tłuszcz: 69.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.42 g; Węglowodany ogółem: 315.68 g; suma cukrów prostych: 61.06 g; Błonnik pokarmowy: 31.07 g; Sól: 6.24 g; WW: 28.67 Por; Cholesterol: 289.43 mg;

poniedziałek 2024-06-10			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> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z fasolki szparag. -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos boloński z mięsem drob. 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), kalafior gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml ,	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2362.65 kcal; Białko ogółem: 103.49 g; Tłuszcz: 77.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.29 g; Węglowodany ogółem: 324.5 g; suma cukrów prostych: 39.11 g; Błonnik pokarmowy: 37.86 g; Sól: 6.72 g; WW: 28.72 Por; Cholesterol: 165.8 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-10		Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ),	zupa z fasolki szparag. -dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany 200 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos boloński z mięsem drob. 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: SEL</u> ), kalfior gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 150 g ( <u>JAJ, SEL</u> ), wędlina 30g 30 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: sałata zielona 20 g,		Posiłek nocny: Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1927.03 kcal; Białko ogółem: 87.9 g; Tłuszcz: 64.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.35 g; Węglowodany ogółem: 255.76 g; suma cukrów prostych: 22.04 g; Błonnik pokarmowy: 27.31 g; Sól: 3.84 g; WW: 22.92 Por; Cholesterol: 140.5 mg;

poniedziałek 2024-06-10		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> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa z fasolki szparag. -dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany 200 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos boloński z mięsem drob. 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: SEL</u> ), kalfior gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ, SEL</u> ), wędlina 30g 30 g, papryka świeża 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, sok owocowy 200ml 200 g, jabłko 150 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 50 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2605.52 kcal; Białko ogółem: 103.23 g; Tłuszcz: 86.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.57 g; Węglowodany ogółem: 365.08 g; suma cukrów prostych: 66.54 g; Błonnik pokarmowy: 50.49 g; Sól: 6.25 g; WW: 31.56 Por; Cholesterol: 188.45 mg;

poniedziałek 2024-06-10		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> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa z fasolki szparag. -dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany 200 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos boloński z mięsem drob. 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: SEL</u> ), kalfior gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ, SEL</u> ), wędlina 30g 30 g, Herbata czarna b/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 ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2308.65 kcal; Białko ogółem: 101.09 g; Tłuszcz: 77.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.14 g; Węglowodany ogółem: 313.1 g; suma cukrów prostych: 31.31 g; Błonnik pokarmowy: 34.56 g; Sól: 5.27 g; WW: 27.92 Por; Cholesterol: 165.8 mg;

poniedziałek 2024-06-10		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> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ),	zupa z fasolki szparag. -dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany 200 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos boloński z mięsem drob. 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: SEL</u> ), kalfior gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ, SEL</u> ), wędlina 30g 30 g, Herbata czarna b/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 ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2772.03 kcal; Białko ogółem: 130.48 g; Tłuszcz: 106.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.27 g; Węglowodany ogółem: 345.29 g; suma cukrów prostych: 46.66 g; Błonnik pokarmowy: 35.06 g; Sól: 5.73 g; WW: 31.17 Por; Cholesterol: 274.38 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-10			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana 400 g ( <u>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> ), jabłko gotowane 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2058.31 kcal; Białko ogółem: 93.03 g; Tłuszcz: 49.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.29 g; Węglowodany ogółem: 317.42 g; suma cukrów prostych: 43.42 g; Błonnik pokarmowy: 32.94 g; Sól: 6.5 g; WW: 28.7 Por; Cholesterol: 128.8 mg;

poniedziałek 2024-06-10			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , sos boloński z mięsa drob. -dieta 200 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: SEL</u> ), jabłko gotowane 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2117.74 kcal; Białko ogółem: 51.47 g; Tłuszcz: 86.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.99 g; Węglowodany ogółem: 283.67 g; suma cukrów prostych: 43.23 g; Błonnik pokarmowy: 25.88 g; Sól: 2.66 g; WW: 25.92 Por; Cholesterol: 228 mg;

poniedziałek 2024-06-10			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana 400 g ( <u>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> ), jabłko gotowane 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,		Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU, SOJ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2215.68 kcal; Białko ogółem: 79.07 g; Tłuszcz: 46.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.55 g; Węglowodany ogółem: 373.25 g; suma cukrów prostych: 93.85 g; Błonnik pokarmowy: 25.87 g; Sól: 4 g; WW: 35.1 Por; Cholesterol: 137.8 mg;

poniedziałek 2024-06-10			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</u> ), Makaron drobny gotowany 200 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: herbatniki 50 g ( <u>GLU, SOJ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2340.23 kcal; Białko ogółem: 89.32 g; Tłuszcz: 63.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.13 g; Węglowodany ogółem: 358.52 g; suma cukrów prostych: 60.44 g; Błonnik pokarmowy: 17.76 g; Sól: 4.65 g; WW: 34.45 Por; Cholesterol: 218.81 mg;

poniedziałek 2024-06-10			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Makaron ugotowany 200 g ( <u>GLU</u> ), sos boloński z mięsem drob. 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: SEL</u> ), jabłko 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 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> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ, SEL</u> ), wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2574.97 kcal; Białko ogółem: 119.93 g; Tłuszcz: 98.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.49 g; Węglowodany ogółem: 322.7 g; suma cukrów prostych: 50.31 g; Błonnik pokarmowy: 43.42 g; Sól: 5.56 g; WW: 28.22 Por; Cholesterol: 338.48 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-10			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.: 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;

poniedziałek 2024-06-10			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.: 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;

poniedziałek 2024-06-10			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE, _</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE, _</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE, _</u> ), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ), dynia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE, _</u> ), wędlina 50 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL, _</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, _</u> ),			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),				Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2100.77 kcal; Białko ogółem: 88.17 g; Tłuszcz: 60.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.98 g; Węglowodany ogółem: 330.14 g; suma cukrów prostych: 59.6 g; Błonnik pokarmowy: 26.07 g; Sól: 6.26 g; WW: 30.78 Por; Cholesterol: 198.61 mg;

poniedziałek 2024-06-10			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, _</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE, _</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE, _</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , dynia gotowana 130 g ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE, _</u> ), wędlina 50 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL, _</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, _</u> ),			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),				Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1939.04 kcal; Białko ogółem: 87.11 g; Tłuszcz: 65.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.21 g; Węglowodany ogółem: 280.29 g; suma cukrów prostych: 37.19 g; Błonnik pokarmowy: 29.13 g; Sól: 6.37 g; WW: 25.4 Por; Cholesterol: 190.61 mg;

poniedziałek 2024-06-10			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE, _</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z fasolki szparag. - dieta 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany 100 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> ), sos boloński z mięsem drob. 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: SEL, _</u> ), kawałki gotowane 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ, SEL, _</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),				Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE, _</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 50 g ( <u>SEL, _</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1792.49 kcal; Białko ogółem: 82.02 g; Tłuszcz: 67.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.23 g; Węglowodany ogółem: 223.97 g; suma cukrów prostych: 27.65 g; Błonnik pokarmowy: 28.01 g; Sól: 4.25 g; WW: 19.63 Por; Cholesterol: 156.12 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-10			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa z fasolki szparag. -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos boloński z mięsem drob. 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), kalfior gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g, Herbata czarna b/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 ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2308.65 kcal; Białko ogółem: 101.09 g; Tłuszcz: 77.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.14 g; Węglowodany ogółem: 313.1 g; suma cukrów prostych: 31.31 g; Błonnik pokarmowy: 34.56 g; Sól: 5.27 g; WW: 27.92 Por; Cholesterol: 165.8 mg;

poniedziałek 2024-06-10			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z wędliny drob. 100 g, miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), Makaron drobny gotowany 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos boloński z mięsa drob - dieta b/glu b/ml 200 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), jabłko gotowane 150 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 50 g, seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,			
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2135.18 kcal; Białko ogółem: 85.47 g; Tłuszcz: 52.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.3 g; Węglowodany ogółem: 337.34 g; suma cukrów prostych: 84.76 g; Błonnik pokarmowy: 28.29 g; Sól: 5.18 g; WW: 31.22 Por; Cholesterol: 67.2 mg;

poniedziałek 2024-06-10			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z wędliny drob. 100 g, miód 2 szt. 50 g, pomidor 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), Makaron ugotowany 200 g ( <u>GLU</u> ), sos boloński z mięsa drob - dieta b/glu b/ml 200 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), jabłko 150 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2168.57 kcal; Białko ogółem: 84.23 g; Tłuszcz: 68.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.06 g; Węglowodany ogółem: 315.49 g; suma cukrów prostych: 41.16 g; Błonnik pokarmowy: 44.13 g; Sól: 5.67 g; WW: 27.4 Por; Cholesterol: 68.2 mg;

poniedziałek 2024-06-10			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,	Zapiekanka 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.: 1863.5 kcal; Białko ogółem: 60.32 g; Tłuszcz: 69.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.16 g; Węglowodany ogółem: 258.31 g; suma cukrów prostych: 73.52 g; Błonnik pokarmowy: 38.29 g; Sól: 1.93 g; WW: 22.28 Por; Cholesterol: 138.52 mg;

poniedziałek 2024-06-10			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120g 120 g, masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g, pomidor 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, sos boloński z mięsa drob - dieta b/glu b/ml 200 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), jabłko 150 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb bezglutenowy 120g 120 g, masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2035.4 kcal; Białko ogółem: 69.69 g; Tłuszcz: 92.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.4 g; Węglowodany ogółem: 235.56 g; suma cukrów prostych: 56.27 g; Błonnik pokarmowy: 21.09 g; Sól: 3.04 g; WW: 21.62 Por; Cholesterol: 240.28 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-10			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , miód 2 szt. 50 g , pomidor 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , sos boloński z mięsa drob - dieta b/glu b/ml 200 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), jabłko 150 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1969.82 kcal; Białko ogółem: 74.71 g; Tłuszcz: 84.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.24 g; Węglowodany ogółem: 234.46 g; suma cukrów prostych: 54.39 g; Błonnik pokarmowy: 21.09 g; Sól: 2.35 g; WW: 21.52 Por; Cholesterol: 67.2 mg;

poniedziałek 2024-06-10			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , sos boloński z mięsa drob - dieta b/glu b/ml 200 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), kalafior gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2000.86 kcal; Białko ogółem: 85.19 g; Tłuszcz: 91.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.4 g; Węglowodany ogółem: 216.51 g; suma cukrów prostych: 20.85 g; Błonnik pokarmowy: 11.38 g; Sól: 1.4 g; WW: 20.54 Por; Cholesterol: 141.2 mg;

poniedziałek 2024-06-10			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos boloński z mięsa drob - dieta b/glu b/ml 200 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), kalafior gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2267.83 kcal; Białko ogółem: 97.84 g; Tłuszcz: 92.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.15 g; Węglowodany ogółem: 271.86 g; suma cukrów prostych: 26.37 g; Błonnik pokarmowy: 26.16 g; Sól: 4.85 g; WW: 24.59 Por; Cholesterol: 68.9 mg;

poniedziałek 2024-06-10			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , sos boloński z mięsa drob - dieta b/glu b/ml 200 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), kalafior gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2081.06 kcal; Białko ogółem: 90.22 g; Tłuszcz: 99.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.37 g; Węglowodany ogółem: 217.11 g; suma cukrów prostych: 22.2 g; Błonnik pokarmowy: 14.68 g; Sól: 2.71 g; WW: 20.28 Por; Cholesterol: 67.2 mg;

poniedziałek 2024-06-10			Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana jarska 400 g ( <u>SEL</u> ), Makaron ugotowany 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), jabłko 150 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 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> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2177.61 kcal; Białko ogółem: 67.57 g; Tłuszcz: 79.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.42 g; Węglowodany ogółem: 308.23 g; suma cukrów prostych: 42.04 g; Błonnik pokarmowy: 46.46 g; Sól: 7.11 g; WW: 26.39 Por; Cholesterol: 174.08 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-10			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , sos boloński z mięsa drob. -dieta 200 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: SEL</u> ), jabłko gotowane 150 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2027.74 kcal; Białko ogółem: 45.02 g; Tłuszcz: 83.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.2 g; Węglowodany ogółem: 274.37 g; suma cukrów prostych: 36.93 g; Błonnik pokarmowy: 25.88 g; Sól: 2.42 g; WW: 25.02 Por; Cholesterol: 216 mg;

poniedziałek 2024-06-10			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.: 2232.66 kcal; Białko ogółem: 93.17 g; Tłuszcz: 70.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.6 g; Węglowodany ogółem: 230.83 g; suma cukrów prostych: 32.41 g; Błonnik pokarmowy: 23.46 g; Sól: 4.99 g; WW: 20.96 Por; Cholesterol: 737.43 mg;

poniedziałek 2024-06-10			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.: 2040.81 kcal; Białko ogółem: 101.04 g; Tłuszcz: 72.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 251.28 g; suma cukrów prostych: 58.3 g; Błonnik pokarmowy: 30.65 g; Sól: 7.53 g; WW: 22.3 Por; Cholesterol: 719.56 mg;

poniedziałek 2024-06-10			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.: 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;



## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-10			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztuczowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), omlet na słoniu ots 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), zacierka na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),	grycikowa z ziemniakami - dieta ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryba pieczona ots 120 g ( <u>RYB</u> ), pieczone ziemniaki ots 200 g, warzywa po grecku ots 150 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztuczowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), ser żółty plastry - 100g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), Mus z jabłek z/c ots 150 g, miód 2 szt. - ots 50 g, Herbata czarna b/c 250 ml,			
		Posiłek nocny: rogal ots 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), masło sztuczowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), dżem szt ots 25 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3328.4 kcal; Białko ogółem: 127.52 g; Tłuszcz: 154.65 g; Kw.łt.nas.ogółem: 60.15 g; Węglowodany ogółem: 363.71 g; suma cukrów prostych: 91.81 g; Błonnik pokarmowy: 36.15 g; Sól: 7.94 g; WW: 33.02 Por; Cholesterol: 1361.11 mg;

poniedziałek 2024-06-10			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztuczowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), omlet na słoniu ots 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), pomidor b/skóry - ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), zacierka na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),	grycikowa z ziemniakami - dieta ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ryba pieczona ots 120 g ( <u>RYB</u> ), pieczone ziemniaki ots 200 g, warzywa po grecku ots 150 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztuczowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), ser żółty plastry - 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Mus z jabłek b/c ots 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,			
		Posiłek nocny: chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztuczowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), brokuł gotowany ots 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3011.66 kcal; Białko ogółem: 125.27 g; Tłuszcz: 164.77 g; Kw.łt.nas.ogółem: 59.47 g; Węglowodany ogółem: 265.76 g; suma cukrów prostych: 67.36 g; Błonnik pokarmowy: 39.52 g; Sól: 7.27 g; WW: 22.81 Por; Cholesterol: 1353.11 mg;

poniedziałek 2024-06-10			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.łt.nas.ogółem: 16.86 g; Węglowodany ogółem: 83.16 g; suma cukrów prostych: .93 g; Błonnik pokarmowy: 4.05 g; Sól: 1.71 g; WW: 7.98 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

poniedziałek 2024-06-10			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.łt.nas.ogółem: 1.43 g; Węglowodany ogółem: 218.9 g; suma cukrów prostych: .29 g; Błonnik pokarmowy: 8.91 g; Sól: .26 g; WW: 21.02 Por; Cholesterol: 0 mg;

poniedziałek 2024-06-10			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> ), grycikowa 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> ), grycikowa 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> ), grycikowa 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.łt.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;

poniedziałek 2024-06-10			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, grycikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ),	grycikowa 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, grycikowa 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.łt.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;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-10			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;

poniedziałek 2024-06-10			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 , bobvita 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;

poniedziałek 2024-06-10			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.: 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;

poniedziałek 2024-06-10			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;

poniedziałek 2024-06-10			Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
		zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), Makaron ugotowany 250 g ( <u>GLU</u> , ), sos boloński z mięsem drob. 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , ), kalafior gotowany 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 991.76 kcal; Białko ogółem: 54.42 g; Tłuszcz: 26.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.25 g; Węglowodany ogółem: 135.26 g; suma cukrów prostych: 14.79 g; Błonnik pokarmowy: 12.75 g; Sól: 1.25 g; WW: 12.24 Por; Cholesterol: 124.27 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-10 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</span>		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z fasolki szparag. -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Makaron ugotowany 200 g ( <u>GLU</u> ), sos boloński z mięsa drob. -dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), jabłko 150 g , kompot z jablek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa -dieta 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2293.17 kcal; Białko ogółem: 104.13 g; Tłuszcz: 70.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.89 g; Węglowodany ogółem: 312.68 g; suma cukrów prostych: 59.11 g; Błonnik pokarmowy: 30.62 g; Sól: 6.3 g; WW: 28.37 Por; Cholesterol: 292.43 mg;

poniedziałek 2024-06-10 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej</span>		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,	zupa z fasolki szparag. -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Makaron ugotowany 200 g ( <u>GLU</u> ), sos boloński z mięsem drob. 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), jabłko 150 g , kompot z jablek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2367.77 kcal; Białko ogółem: 112.09 g; Tłuszcz: 94.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.89 g; Węglowodany ogółem: 286.03 g; suma cukrów prostych: 64.52 g; Błonnik pokarmowy: 39.12 g; Sól: 5.22 g; WW: 24.86 Por; Cholesterol: 331.88 mg;

poniedziałek 2024-06-10 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA</span>		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana jarska 400 g ( <u>SEL</u> ), Makaron ugotowany 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), jabłko 150 g , kompot z jablek i porzeczek b/c 200 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> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2177.61 kcal; Białko ogółem: 67.57 g; Tłuszcz: 79.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.42 g; Węglowodany ogółem: 308.23 g; suma cukrów prostych: 42.04 g; Błonnik pokarmowy: 46.46 g; Sól: 7.11 g; WW: 26.39 Por; Cholesterol: 174.08 mg;

poniedziałek 2024-06-10 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA</span>		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu jarska 400 g ( <u>SEL</u> ), Makaron ugotowany 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), jabłko 150 g , kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2155.75 kcal; Białko ogółem: 59.85 g; Tłuszcz: 62.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.51 g; Węglowodany ogółem: 349.27 g; suma cukrów prostych: 56.44 g; Błonnik pokarmowy: 45.45 g; Sól: 6.42 g; WW: 30.56 Por; Cholesterol: 1 mg;

poniedziałek 2024-06-10 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna</span>		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , dynia gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z fasolki szparag. -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Makaron ugotowany 200 g ( <u>GLU</u> ), sos boloński z mięsa drob. -dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), jabłko gotowane 150 g , kompot z jablek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa -dieta b/jabłka 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2527.49 kcal; Białko ogółem: 97.63 g; Tłuszcz: 69.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.15 g; Węglowodany ogółem: 381.61 g; suma cukrów prostych: 83.53 g; Błonnik pokarmowy: 29.49 g; Sól: 6.18 g; WW: 35.48 Por; Cholesterol: 280.43 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-10		Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z fasolki szparag. -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Makaron ugotowany 200 g ( <u>GLU</u> ), sos boloński z mięsem drob. 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), kalafior gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2350.88 kcal; Białko ogółem: 103.53 g; Tłuszcz: 88.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.15 g; Węglowodany ogółem: 297.55 g; suma cukrów prostych: 49.58 g; Błonnik pokarmowy: 35.2 g; Sól: 6.98 g; WW: 26.28 Por; Cholesterol: 296.38 mg;

poniedziałek 2024-06-10		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 do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , dynia gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa z fasolki szparag. -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Makaron ugotowany 200 g ( <u>GLU</u> ), sos boloński z mięsem drob. 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), jabłko gotowane 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 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> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2773.56 kcal; Białko ogółem: 98.88 g; Tłuszcz: 87.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.91 g; Węglowodany ogółem: 408.98 g; suma cukrów prostych: 88 g; Błonnik pokarmowy: 46.98 g; Sól: 6.95 g; WW: 36.51 Por; Cholesterol: 282.98 mg;