

Jadłospisy dla oddziałów

USK1 w Szczecinie		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-06-11		
Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb mieszany psz.-żyłt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z koperkiem 100 g (<u>JAJ</u>), ogórek świeży 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z marchwi i jabłka 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żyłt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 25 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: gruszka 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2176.1 kcal; Białko ogółem: 102.23 g; Tłuszcz: 77.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.77 g; Węglowodany ogółem: 282.49 g; suma cukrów prostych: 45.78 g; Błonnik pokarmowy: 39.22 g; Sól: 6.9 g; WW: 24.69 Por; Cholesterol: 750.92 mg;

wtorek 2024-06-11		
Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żyłt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z koperkiem 100 g (<u>JAJ</u>), ogórek świeży 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z marchwi i jabłka 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żyłt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), salata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: gruszka 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 25 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2515.32 kcal; Białko ogółem: 115.25 g; Tłuszcz: 87.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.63 g; Węglowodany ogółem: 333.44 g; suma cukrów prostych: 60.57 g; Błonnik pokarmowy: 42.48 g; Sól: 7.52 g; WW: 29.51 Por; Cholesterol: 783.32 mg;

wtorek 2024-06-11		
Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z koperkiem 100 g (<u>JAJ</u>), ogórek świeży 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z marchwi i jabłka 130 g (<u>MLE</u>), 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: gruszka 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2117.25 kcal; Białko ogółem: 103.5 g; Tłuszcz: 78.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.4 g; Węglowodany ogółem: 254.66 g; suma cukrów prostych: 56.71 g; Błonnik pokarmowy: 35.22 g; Sól: 6.6 g; WW: 22.23 Por; Cholesterol: 752.32 mg;

wtorek 2024-06-11		
Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z koperkiem 100 g (<u>JAJ</u>), ogórek świeży 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z marchwi i jabłka 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 25 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: skyr waniliowy 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: gruszka 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2345.1 kcal; Białko ogółem: 118.83 g; Tłuszcz: 76.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.51 g; Węglowodany ogółem: 305.99 g; suma cukrów prostych: 45.38 g; Błonnik pokarmowy: 27.42 g; Sól: 6.74 g; WW: 28.19 Por; Cholesterol: 750.92 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), 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>), pasta z jaj 100 g (<u>JAJ</u>), ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), biszkopty 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , dynia gotowana 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2864.5 kcal; Białko ogółem: 132.82 g; Tłuszcz: 98.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.64 g; Węglowodany ogółem: 373.49 g; suma cukrów prostych: 76.85 g; Błonnik pokarmowy: 41.92 g; Sól: 9.62 g; WW: 33.55 Por; Cholesterol: 862.69 mg;

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z koperkiem 100 g (<u>JAJ</u>), ogórek świeży 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z marchwi i jabłka 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 25 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: skyr waniliowy 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: gruszka 150 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2345.1 kcal; Białko ogółem: 118.83 g; Tłuszcz: 76.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.51 g; Węglowodany ogółem: 305.99 g; suma cukrów prostych: 45.38 g; Błonnik pokarmowy: 27.42 g; Sól: 6.74 g; WW: 28.19 Por; Cholesterol: 750.92 mg;

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. -dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), salata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z marchwi i jabłka 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 25 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: banan 200 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2243.6 kcal; Białko ogółem: 112.63 g; Tłuszcz: 73.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.98 g; Węglowodany ogółem: 290.4 g; suma cukrów prostych: 78.29 g; Błonnik pokarmowy: 25.76 g; Sól: 6.59 g; WW: 26.9 Por; Cholesterol: 771.52 mg;

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. -dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), salata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z marchwi i jabłka 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 25 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: skyr waniliowy 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: banan 200 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2366.6 kcal; Białko ogółem: 127.03 g; Tłuszcz: 73.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.98 g; Węglowodany ogółem: 306.9 g; suma cukrów prostych: 78.29 g; Błonnik pokarmowy: 25.76 g; Sól: 6.59 g; WW: 28.6 Por; Cholesterol: 771.52 mg;

wtorek 2024-06-11			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>), pasta z białek jaj z kop. 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), salata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z marchwi i jabłka 130 g (<u>MLE</u>), 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2226.85 kcal; Białko ogółem: 131.81 g; Tłuszcz: 81.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.2 g; Węglowodany ogółem: 258.51 g; suma cukrów prostych: 37.67 g; Błonnik pokarmowy: 38.2 g; Sól: 7.61 g; WW: 22.43 Por; Cholesterol: 928.13 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z białek jaj z kop. 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z marchwi i jabłka 130 g (<u>MLE</u>), 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: ogórek świeży 50 g ,		Posiłek nocny: pomidor 100 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1829.39 kcal; Białko ogółem: 103.96 g; Tłuszcz: 61.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.52 g; Węglowodany ogółem: 228.83 g; suma cukrów prostych: 33.13 g; Błonnik pokarmowy: 34.33 g; Sól: 6.79 g; WW: 19.79 Por; Cholesterol: 859.73 mg;

wtorek 2024-06-11			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>), pasta z białek jaj z kop. 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z marchwi i jabłka 130 g (<u>MLE</u>), 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , sok owocowy 200ml 200 g , gruszka 150 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2416.9 kcal; Białko ogółem: 121.83 g; Tłuszcz: 82.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.11 g; Węglowodany ogółem: 314.36 g; suma cukrów prostych: 66.36 g; Błonnik pokarmowy: 44.42 g; Sól: 8.61 g; WW: 27.28 Por; Cholesterol: 919.68 mg;

wtorek 2024-06-11			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>), pasta z białek jaj z kop. 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z marchwi i jabłka 130 g (<u>MLE</u>), 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2060.35 kcal; Białko ogółem: 112.76 g; Tłuszcz: 69.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.39 g; Węglowodany ogółem: 254.01 g; suma cukrów prostych: 34.67 g; Błonnik pokarmowy: 38.2 g; Sól: 7.43 g; WW: 21.93 Por; Cholesterol: 872.63 mg;

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z białek jaj z kop. 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z marchwi i jabłka 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 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>), pomidor 100 g , wędlina 30g 30 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2483.63 kcal; Białko ogółem: 153.61 g; Tłuszcz: 79.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.02 g; Węglowodany ogółem: 297.69 g; suma cukrów prostych: 54.77 g; Błonnik pokarmowy: 42.1 g; Sól: 9.4 g; WW: 25.94 Por; Cholesterol: 951.09 mg;

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), pasta z białek jaj z kop. 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: skyr naturalny 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), wędlina 30g 30 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2067.24 kcal; Białko ogółem: 136.54 g; Tłuszcz: 52.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.15 g; Węglowodany ogółem: 270.66 g; suma cukrów prostych: 24.2 g; Błonnik pokarmowy: 21.49 g; Sól: 9.91 g; WW: 25.26 Por; Cholesterol: 817.6 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , Kaszotto jęczmień z warzywami wegetariańskie 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), hummus 130 g (<u>SEZ</u>), dynia gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2422.88 kcal; Białko ogółem: 42.3 g; Tłuszcz: 105.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.53 g; Węglowodany ogółem: 323.55 g; suma cukrów prostych: 19.74 g; Błonnik pokarmowy: 18.19 g; Sól: 5.49 g; WW: 30.51 Por; Cholesterol: 128.18 mg;

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenno-krochmalny 120g 120 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), pasta z białek jaj z kop. 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenno-krochmalny 120g 120 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: skyr waniliowy 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenno-krochmalny 50g 50 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), wędlina 30g 30 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2218.76 kcal; Białko ogółem: 132.69 g; Tłuszcz: 51.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.06 g; Węglowodany ogółem: 315.47 g; suma cukrów prostych: 59.35 g; Błonnik pokarmowy: 21.02 g; Sól: 9.85 g; WW: 29.86 Por; Cholesterol: 817.6 mg;

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb pszenno-krochmalny 120g 120 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z białek jaj z kop. 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenno-krochmalny 120g 120 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb pszenno-krochmalny 50g 50 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2596.04 kcal; Białko ogółem: 128.74 g; Tłuszcz: 88.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.05 g; Węglowodany ogółem: 331.22 g; suma cukrów prostych: 71.88 g; Błonnik pokarmowy: 21.62 g; Sól: 10.13 g; WW: 31.38 Por; Cholesterol: 932.68 mg;

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z koperkiem 100 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z marchwi i jabłka 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g ,	chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 25 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: gruszka 150 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2545.38 kcal; Białko ogółem: 140.68 g; Tłuszcz: 87.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.25 g; Węglowodany ogółem: 314.77 g; suma cukrów prostych: 58.08 g; Błonnik pokarmowy: 39.82 g; Sól: 7.42 g; WW: 27.9 Por; Cholesterol: 829.38 mg;

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	płynna - obiad 600 ml ,	płynna - kolacja 350 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),			
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),			

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

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-06-11			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;

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), pasta z białek jaj z kop. 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,		krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,		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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,			Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2667.45 kcal; Białko ogółem: 121.86 g; Tłuszcz: 94.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.23 g; Węglowodany ogółem: 332.9 g; suma cukrów prostych: 71.76 g; Błonnik pokarmowy: 21.15 g; Sól: 9.77 g; WW: 31.59 Por; Cholesterol: 958.35 mg;

wtorek 2024-06-11			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>), pasta z białek jaj z kop. 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,		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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,			Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2538.45 kcal; Białko ogółem: 116.3 g; Tłuszcz: 98.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.89 g; Węglowodany ogółem: 298.35 g; suma cukrów prostych: 32.16 g; Błonnik pokarmowy: 24.92 g; Sól: 11 g; WW: 27.72 Por; Cholesterol: 938.35 mg;

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z białek jaj z kop. 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), surówka z marchwi i jabłka 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,		chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			Posiłek nocny: gruszka 150 g ,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1741.94 kcal; Białko ogółem: 104.89 g; Tłuszcz: 55.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.4 g; Węglowodany ogółem: 208.42 g; suma cukrów prostych: 37.17 g; Błonnik pokarmowy: 30.37 g; Sól: 6.06 g; WW: 18.07 Por; Cholesterol: 836.85 mg;

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z białek jaj z kop. 100 g (<u>JAJ, MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), surówka z marchwi i jabłka 130 g (<u>MLE</u>), 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g ,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2080.63 kcal; Białko ogółem: 107.46 g; Tłuszcz: 77.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.69 g; Węglowodany ogółem: 254.11 g; suma cukrów prostych: 34.75 g; Błonnik pokarmowy: 38.2 g; Sól: 7.43 g; WW: 21.95 Por; Cholesterol: 905.71 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-06-11 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , marchewka gotowana 130 g , kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , jabłko gotowane 150 g , dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 30g 30 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2095.55 kcal; Białko ogółem: 85.27 g; Tłuszcz: 69.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.23 g; Węglowodany ogółem: 289.72 g; suma cukrów prostych: 65.5 g; Błonnik pokarmowy: 28.48 g; Sól: 7.65 g; WW: 26.47 Por; Cholesterol: 630.56 mg;

wtorek 2024-06-11 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>), margaryna 15 g , pasta z jaj z koperkiem 150 g (<u>JAJ</u>), ogórek świeży 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 250 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , marchewka gotowana 130 g , kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 50 g , dżem owocowy 50 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: gruszka 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2119.29 kcal; Białko ogółem: 95.74 g; Tłuszcz: 75.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.45 g; Węglowodany ogółem: 281.26 g; suma cukrów prostych: 43.1 g; Błonnik pokarmowy: 35.52 g; Sól: 5.21 g; WW: 24.93 Por; Cholesterol: 909.33 mg;

wtorek 2024-06-11 Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 Por , ogórek świeży 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g (<u>MLE</u>), woda n/g 0,5L 1 szt ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,		Posiłek nocny: płatki owsiane na wodzie 200 ml (<u>GLU</u>), Mus z jablek b/c 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1732.63 kcal; Białko ogółem: 70.9 g; Tłuszcz: 52.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.01 g; Węglowodany ogółem: 252.09 g; suma cukrów prostych: 91.61 g; Błonnik pokarmowy: 45.31 g; Sól: 2.55 g; WW: 21.03 Por; Cholesterol: 187.83 mg;

wtorek 2024-06-11 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z koperkiem 100 g (<u>JAJ</u>), ogórek świeży 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z marchwi i jabłka 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 25 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: gruszka 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2400.16 kcal; Białko ogółem: 110.56 g; Tłuszcz: 102.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.07 g; Węglowodany ogółem: 266.62 g; suma cukrów prostych: 37.07 g; Błonnik pokarmowy: 12.82 g; Sól: 3.5 g; WW: 25.59 Por; Cholesterol: 710.17 mg;

wtorek 2024-06-11 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , pasta z jaj z koperkiem 150 g (<u>JAJ</u>), ogórek świeży 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 250 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , marchewka gotowana 130 g , kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , dżem owocowy 50 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: gruszka 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2053.09 kcal; Białko ogółem: 93.94 g; Tłuszcz: 95.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.35 g; Węglowodany ogółem: 213.26 g; suma cukrów prostych: 37.1 g; Błonnik pokarmowy: 12.12 g; Sól: 1.87 g; WW: 20.35 Por; Cholesterol: 908.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN
chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z koperkiem 100 g (<u>JAJ</u>), ogórek świeży 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziolach - dieta 100 g , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z marchwi i jabłka 130 g (<u>MLE</u>), 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 20 g , pomidor 50 g ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2219.84 kcal; Białko ogółem: 109.31 g; Tłuszcz: 110.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.39 g; Węglowodany ogółem: 194.51 g; suma cukrów prostych: 20.68 g; Błonnik pokarmowy: 11.35 g; Sól: 3.51 g; WW: 18.57 Por; Cholesterol: 770.57 mg;

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , pasta z jaj z koperkiem 150 g (<u>JAJ</u>), ogórek świeży 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 250 g , filet z kur. pieczony w ziolach - dieta 100 g , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 50 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , pomidor 100 g ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2358.28 kcal; Białko ogółem: 107.97 g; Tłuszcz: 78.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.82 g; Węglowodany ogółem: 328.37 g; suma cukrów prostych: 34.42 g; Błonnik pokarmowy: 49.35 g; Sól: 8.89 g; WW: 28.27 Por; Cholesterol: 912.71 mg;

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML
chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , pasta z jaj z koperkiem 150 g (<u>JAJ</u>), ogórek świeży 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 250 g , filet z kur. pieczony w ziolach - dieta 100 g , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 15 g , pomidor 100 g ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2188.38 kcal; Białko ogółem: 98.93 g; Tłuszcz: 111.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.51 g; Węglowodany ogółem: 208.57 g; suma cukrów prostych: 20.4 g; Błonnik pokarmowy: 14.31 g; Sól: 3.34 g; WW: 19.72 Por; Cholesterol: 908.33 mg;

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Dna moczanowa
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>), pasta z jaj z koperkiem 100 g (<u>JAJ</u>), ogórek świeży 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	krupnik z ziemniakami - dieta b/mięsa 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie 300 g (<u>GLU, SEL</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), surówka z marchwi i jabłka 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 25 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
		Posiłek nocny: gruszka 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2325.6 kcal; Białko ogółem: 83.31 g; Tłuszcz: 83.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.66 g; Węglowodany ogółem: 326.52 g; suma cukrów prostych: 46.86 g; Błonnik pokarmowy: 44.15 g; Sól: 7.11 g; WW: 28.52 Por; Cholesterol: 675.92 mg;

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2
chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/mleka - dieta 300 ml (<u>GLU, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos koperkowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , chrupki kukurydziane 80 g (<u>OZI, ORZ</u>),	

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

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		dyniowa z ziemniakami - dieta 300 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż biały na sypko 100 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), cukinia gotowana 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		makaron z białym serem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Mus z jabłek b/c 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	
II Śniadanie: kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), Mus z truskawek 200 g,				Posiłek nocny: kakao proszek 30 g, chrupki kukurydziane 80 g (<u>OZI</u> , <u>ORZ</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1907.32 kcal; Białko ogółem: 95.09 g; Tłuszcz: 41.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.91 g; Węglowodany ogółem: 312.4 g; suma cukrów prostych: 66.43 g; Błonnik pokarmowy: 36.59 g; Sól: 6.17 g; WW: 27.83 Por; Cholesterol: 153.14 mg;

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml, suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), kleik ryżowy na wodzie 250 ml,		zupa ziemniaczana 400 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, marchewka gotowana z olejem 100 g, Herbata czarna b/c 200 ml,		kleik ryżowy na wodzie 200 ml, suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml,	
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml, suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml,				Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml, suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 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;

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
bulka grahamka ots 1 szt (<u>GLU</u>), chleb graham 30 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g ots 1 szt (<u>MLE</u>), dynia gotowana ots 100 g, serek wiejski ots 200 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, płatki owsiane na mleku ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		kapuśniak z kisz. kap. ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>SEL</u>), Makaron ugotowany ots 200 g (<u>GLU</u>), Mus z jabłek prażonych ots 150 g, sos jogurtowo-truskawkowy b/c ots 100 ml (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,		chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g ots 1 szt (<u>MLE</u>), hummus ots 1 szt (<u>SEZ</u>), sałatka wykwinna ots 200 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Herbata czarna b/c 250 ml,	
				Posiłek nocny: budyń o smaku czekoladowym z/c ots 250 g (<u>MLE</u>), biszkopty 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3345.8 kcal; Białko ogółem: 121.89 g; Tłuszcz: 125.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.74 g; Węglowodany ogółem: 439.68 g; suma cukrów prostych: 138.15 g; Błonnik pokarmowy: 31.38 g; Sól: 6.53 g; WW: 40.88 Por; Cholesterol: 297.47 mg;

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
bulka grahamka 1 szt (<u>GLU</u>), chleb graham 30 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), kielbasa biała - ots 120 g, ketchup saszetka 2 szt (<u>SEL</u>), dynia gotowana - ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, płatki owsiane na mleku ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		kapuśniak z kisz. kap. ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>SEL</u>), Makaron ugotowany ots 200 g (<u>GLU</u>), Gulasz z udźca kurczaka z warzywami ots 200 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), kalafior z bulką tartą ots 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,		chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), hummus ots 1 szt (<u>SEZ</u>), sałatka wykwinna ots 200 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Herbata czarna b/c 250 ml,	
				Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym b/c ots 200 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3224.76 kcal; Białko ogółem: 121.14 g; Tłuszcz: 152.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.59 g; Węglowodany ogółem: 350.5 g; suma cukrów prostych: 45.5 g; Błonnik pokarmowy: 30.14 g; Sól: 4.83 g; WW: 31.96 Por; Cholesterol: 267.7 mg;

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Ścista 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;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

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

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
grycikowa 300 g (<u>GLU, SEL,</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grycikowa 300 g (<u>GLU, SEL,</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grycikowa 300 g (<u>GLU, SEL,</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

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

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
grycikowa 300 g (<u>GLU, SEL,</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grycikowa 300 g (<u>GLU, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g (<u>GLU, JAJ,</u>), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	grycikowa 300 g (<u>GLU, SEL,</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

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

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE,</u>),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE,</u>),			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml (<u>MLE,</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE,</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 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;

wtorek 2024-06-11			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 ,	grycikowa z ziemniakami - dieta 300 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU, JAJ,</u>), sos koperkowy b/ml 100 ml (<u>GLU, MLE,</u>), marchewka gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb 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, JAJ, SOJ, 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;

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 Por (<u>GLU,</u>), brokuł gotowany 100 g ,	wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,			
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 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;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twarożek 100 g (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,		Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g (<u>MLE</u>), woda n/g 0,5L 1 szt ,		risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,				Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1593.65 kcal; Białko ogółem: 91.43 g; Tłuszcz: 41.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.21 g; Węglowodany ogółem: 252.6 g; suma cukrów prostych: 99.74 g; Błonnik pokarmowy: 50.09 g; Sól: 3.57 g; WW: 20.7 Por; Cholesterol: 211.43 mg;

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
		krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 250 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z marchwi i jabłka 200 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 792.03 kcal; Białko ogółem: 58.75 g; Tłuszcz: 17.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.35 g; Węglowodany ogółem: 103.29 g; suma cukrów prostych: 19.12 g; Błonnik pokarmowy: 16.55 g; Sól: 1.42 g; WW: 8.82 Por; Cholesterol: 141.52 mg;

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. -dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z marchwi i jabłka 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml ,		chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 25 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),				Posiłek nocny: banan 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2323.1 kcal; Białko ogółem: 118.03 g; Tłuszcz: 75.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.98 g; Węglowodany ogółem: 290.4 g; suma cukrów prostych: 78.29 g; Błonnik pokarmowy: 25.76 g; Sól: 6.59 g; WW: 26.9 Por; Cholesterol: 771.52 mg;

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z koperkiem 100 g (<u>JAJ</u>), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		krupnik z ziemniakami - dieta b/mięsa 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z marchwi i jabłka 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczeki 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 25 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
				Posiłek nocny: gruszka 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2325.6 kcal; Białko ogółem: 83.31 g; Tłuszcz: 83.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.66 g; Węglowodany ogółem: 326.52 g; suma cukrów prostych: 46.86 g; Błonnik pokarmowy: 44.15 g; Sól: 7.11 g; WW: 28.52 Por; Cholesterol: 675.92 mg;

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , hummus 130 g (<u>SEZ</u>), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,		zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut jarska 400 ml (<u>SEL</u>), kompot z porzeczek czarnych 250 ml , Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie 300g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), marchew gotowana 150 g , sos do obiadu 100 g ,		chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , surówka z kap. pekińskiej, marchwi i ogórka 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	
				Posiłek nocny: jabłko 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2223.46 kcal; Białko ogółem: 47.59 g; Tłuszcz: 86.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.49 g; Węglowodany ogółem: 326.55 g; suma cukrów prostych: 53.94 g; Błonnik pokarmowy: 50.34 g; Sól: 7.47 g; WW: 27.9 Por; Cholesterol: 1 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z koperkiem 100 g (<u>JAJ</u>), dynia gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), marchewka 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), biszkopty 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , dynia gotowana 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2778.02 kcal; Białko ogółem: 132.37 g; Tłuszcz: 96.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.33 g; Węglowodany ogółem: 346.87 g; suma cukrów prostych: 72.01 g; Błonnik pokarmowy: 22.73 g; Sól: 7.22 g; WW: 32.83 Por; Cholesterol: 861.19 mg;

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z koperkiem 100 g (<u>JAJ</u>), ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), marchewka gotowana 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml ,	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2495.93 kcal; Białko ogółem: 126.62 g; Tłuszcz: 94.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.76 g; Węglowodany ogółem: 295.17 g; suma cukrów prostych: 49.13 g; Błonnik pokarmowy: 40.22 g; Sól: 10.7 g; WW: 25.82 Por; Cholesterol: 795.09 mg;

wtorek 2024-06-11			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
ryż na mleku 300 g (<u>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>), pasta z jaj z koperkiem 100 g (<u>JAJ</u>), ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), marchewka gotowana 130 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>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), biszkopty 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , dynia gotowana 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2864.53 kcal; Białko ogółem: 132.82 g; Tłuszcz: 98.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.64 g; Węglowodany ogółem: 373.5 g; suma cukrów prostych: 76.85 g; Błonnik pokarmowy: 41.92 g; Sól: 9.62 g; WW: 33.55 Por; Cholesterol: 862.69 mg;