

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Koszty ogólne Zarządu-Prac. Gosp. i Magazyny w Policach		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2024-06-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU,</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE,</b> ), pasta z twarogu 100 g ( <b>MLE,</b> ), papryka świeża 50 g , szczypiorek 15 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</b> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU,</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE,</b> ), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g ( <b>RYB, MLE,</b> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2217.36 kcal; Białko ogółem: 95.91 g; Tłuszcz: 83.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.34 g; Węglowodany ogółem: 304.1 g; suma cukrów prostych: 44.44 g; Błonnik pokarmowy: 41.13 g; Sól: 15.57 g; WW: 26.46 Por; Cholesterol: 287.73 mg;

<b>środa 2024-06-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
makaron drobny na mleku 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU,</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE,</b> ), pasta z twarogu 100 g ( <b>MLE,</b> ), papryka świeża 50 g , szczypiorek 15 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</b> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU,</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE,</b> ), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g ( <b>RYB, MLE,</b> ), Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g ,
		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2505.48 kcal; Białko ogółem: 115.37 g; Tłuszcz: 88.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.34 g; Węglowodany ogółem: 344.35 g; suma cukrów prostych: 59 g; Błonnik pokarmowy: 42.98 g; Sól: 15.85 g; WW: 30.34 Por; Cholesterol: 307.73 mg;

<b>środa 2024-06-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>		
chleb razowy 120g 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE,</b> ), pasta z twarogu 100 g ( <b>MLE,</b> ), papryka świeża 50 g , szczypiorek 15 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</b> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <b>GLU,</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE,</b> ), ryba po grecku 200 g ( <b>RYB, SEL, może zawierać: SEL,</b> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <b>MLE,</b> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2379.21 kcal; Białko ogółem: 123.72 g; Tłuszcz: 87.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.15 g; Węglowodany ogółem: 318.35 g; suma cukrów prostych: 51.62 g; Błonnik pokarmowy: 42.7 g; Sól: 6.27 g; WW: 27.68 Por; Cholesterol: 296.48 mg;

<b>środa 2024-06-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU,</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE,</b> ), pasta z twarogu 100 g ( <b>MLE,</b> ), papryka świeża 50 g , szczypiorek 15 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</b> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU,</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE,</b> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ), serek homogenizowany straciatella 200 g ( <b>MLE,</b> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2535.27 kcal; Białko ogółem: 118.78 g; Tłuszcz: 85.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.37 g; Węglowodany ogółem: 350.54 g; suma cukrów prostych: 65.36 g; Błonnik pokarmowy: 29.19 g; Sól: 5.3 g; WW: 32.26 Por; Cholesterol: 363.23 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-06-12			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko gotowane 150 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), 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> ), ryba po grecku 200 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: serek homogenizowany straciatella 200 g ( <u>MLE</u> ),			Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2752.96 kcal; Białko ogółem: 135.86 g; Tłuszcz: 96.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.01 g; Węglowodany ogółem: 367.17 g; suma cukrów prostych: 73.84 g; Błonnik pokarmowy: 49.18 g; Sól: 5.82 g; WW: 32.03 Por; Cholesterol: 318.78 mg;

środa 2024-06-12			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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 50 g, szczypiorek 15 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, 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> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: serek homogenizowany straciatella 200 g ( <u>MLE</u> ), biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),			Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2266.17 kcal; Białko ogółem: 110.8 g; Tłuszcz: 84.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.11 g; Węglowodany ogółem: 293.67 g; suma cukrów prostych: 64.17 g; Błonnik pokarmowy: 27.42 g; Sól: 4.36 g; WW: 26.74 Por; Cholesterol: 363.23 mg;

środa 2024-06-12			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, 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> ), ryba po grecku 200 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	
			Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2356.97 kcal; Białko ogółem: 115.07 g; Tłuszcz: 78.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.08 g; Węglowodany ogółem: 323.61 g; suma cukrów prostych: 51.75 g; Błonnik pokarmowy: 23.05 g; Sól: 4.98 g; WW: 30.25 Por; Cholesterol: 257.73 mg;

środa 2024-06-12			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, 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> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: serek homogenizowany straciatella 200 g ( <u>MLE</u> ),			Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2468.97 kcal; Białko ogółem: 123.79 g; Tłuszcz: 87.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.56 g; Węglowodany ogółem: 322.44 g; suma cukrów prostych: 52.1 g; Błonnik pokarmowy: 22.58 g; Sól: 5.04 g; WW: 30.25 Por; Cholesterol: 313.23 mg;

środa 2024-06-12			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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, papryka świeża 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</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> ), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g,	
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasztet z fasoli 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GLU</u> , <u>ORZ</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ), sałata zielona 8g 8 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2214.37 kcal; Białko ogółem: 122.6 g; Tłuszcz: 75.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.52 g; Węglowodany ogółem: 310.11 g; suma cukrów prostych: 46.57 g; Błonnik pokarmowy: 48.43 g; Sól: 8 g; WW: 26.39 Por; Cholesterol: 306.06 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-06-12 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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</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> ), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g,
II Śniadanie: papryka świeża 50 g,		Posiłek nocny: Pasztet z fasoli 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, ORZ, GOR, SEZ</u> ), sałata zielona 8g 8 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1813.97 kcal; Białko ogółem: 97.02 g; Tłuszcz: 57.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.68 g; Węglowodany ogółem: 263.07 g; suma cukrów prostych: 29.34 g; Błonnik pokarmowy: 40.83 g; Sól: 4.84 g; WW: 22.34 Por; Cholesterol: 237.66 mg;

środa 2024-06-12 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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, papryka świeża 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</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> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, jabłko 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasztet z fasoli 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, ORZ, GOR, SEZ</u> ), sałata zielona 8g 8 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2327.93 kcal; Białko ogółem: 111.53 g; Tłuszcz: 72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.43 g; Węglowodany ogółem: 346.23 g; suma cukrów prostych: 70.07 g; Błonnik pokarmowy: 59.69 g; Sól: 6.16 g; WW: 28.78 Por; Cholesterol: 275.86 mg;

środa 2024-06-12 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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, papryka świeża 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</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> ), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g ( <u>RYB, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: 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> ), Pasztet z fasoli 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, ORZ, GOR, SEZ</u> ), sałata zielona 8g 8 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2273.96 kcal; Białko ogółem: 122.23 g; Tłuszcz: 89.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.53 g; Węglowodany ogółem: 291.62 g; suma cukrów prostych: 34.35 g; Błonnik pokarmowy: 45.37 g; Sól: 16.02 g; WW: 24.79 Por; Cholesterol: 355.06 mg;

środa 2024-06-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g, papryka świeża 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</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> ), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g ( <u>RYB, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasztet z fasoli 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, ORZ, GOR, SEZ</u> ), sałata zielona 8g 8 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2602.16 kcal; Białko ogółem: 137.83 g; Tłuszcz: 95.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.66 g; Węglowodany ogółem: 346.03 g; suma cukrów prostych: 59.2 g; Błonnik pokarmowy: 48.97 g; Sól: 18.64 g; WW: 29.96 Por; Cholesterol: 375.06 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-06-12			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu
chleb pszenno-krochmalny 120g 120 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenno-krochmalny 120g 120 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), ryba po grecku 200 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 30g 30 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 50 g ( <u>SEL</u> ),	
II Śniadanie: chleb pszenno-krochmalny 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), pasta jarzynowa 50 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2012.24 kcal; Białko ogółem: 112.88 g; Tłuszcz: 54.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 12.43 g; Węglowodany ogółem: 293.8 g; suma cukrów prostych: 35.81 g; Błonnik pokarmowy: 25.91 g; Sól: 6.68 g; WW: 26.89 Por; Cholesterol: 149.4 mg;

środa 2024-06-12			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> ), wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: chleb PKU 30g 30 g , pasta jarzynowa 50 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2144.79 kcal; Białko ogółem: 53.89 g; Tłuszcz: 76.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.56 g; Węglowodany ogółem: 310.36 g; suma cukrów prostych: 29.49 g; Błonnik pokarmowy: 17.6 g; Sól: 3.59 g; WW: 29.38 Por; Cholesterol: 388.56 mg;

środa 2024-06-12			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu
chleb pszenno-krochmalny 120g 120 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenno-krochmalny 120g 120 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), ryba po grecku 200 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,	
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),		Posiłek nocny: rogal 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2259.62 kcal; Białko ogółem: 110.69 g; Tłuszcz: 52.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 11.5 g; Węglowodany ogółem: 362.85 g; suma cukrów prostych: 72.35 g; Błonnik pokarmowy: 23.39 g; Sól: 5.63 g; WW: 34.05 Por; Cholesterol: 214 mg;

środa 2024-06-12			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego
makaron drobiowy na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenno-krochmalny 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> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenno-krochmalny 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku 200 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,	
		Posiłek nocny: rogal 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2586.7 kcal; Białko ogółem: 119.28 g; Tłuszcz: 82.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.08 g; Węglowodany ogółem: 366.85 g; suma cukrów prostych: 66.1 g; Błonnik pokarmowy: 22.99 g; Sól: 5.84 g; WW: 34.56 Por; Cholesterol: 247.68 mg;

środa 2024-06-12			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)
makaron drobiowy na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 50 g , szczypiorek 15 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 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> ), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g ( <u>RYB</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: serek homogenizowany straciatella 200 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2707.56 kcal; Białko ogółem: 127.56 g; Tłuszcz: 105.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.13 g; Węglowodany ogółem: 345.91 g; suma cukrów prostych: 59.69 g; Błonnik pokarmowy: 41.13 g; Sól: 16.03 g; WW: 30.73 Por; Cholesterol: 363.23 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-06-12			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;

środa 2024-06-12			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;

środa 2024-06-12			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, 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> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,		szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki 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> ), ryba po grecku 200 g ( <u>RYB, SEL, może zawierać: SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,	
				Posiłek nocny: biszkopty 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2545.82 kcal; Białko ogółem: 117.01 g; Tłuszcz: 81.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.72 g; Węglowodany ogółem: 359.85 g; suma cukrów prostych: 76.52 g; Błonnik pokarmowy: 22.19 g; Sól: 4.92 g; WW: 33.95 Por; Cholesterol: 296.28 mg;

środa 2024-06-12			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> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki 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> ), ryba po grecku 200 g ( <u>RYB, SEL, może zawierać: SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	
				Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2432.82 kcal; Białko ogółem: 123.52 g; Tłuszcz: 95.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 307.42 g; suma cukrów prostych: 38.46 g; Błonnik pokarmowy: 25.69 g; Sól: 6.19 g; WW: 28.38 Por; Cholesterol: 262.78 mg;

środa 2024-06-12			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 20 g , papryka świeża 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml ,		chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: jabłko 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1673.57 kcal; Białko ogółem: 105.4 g; Tłuszcz: 53.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.86 g; Węglowodany ogółem: 232.98 g; suma cukrów prostych: 45.58 g; Błonnik pokarmowy: 42.95 g; Sól: 4.16 g; WW: 19.17 Por; Cholesterol: 211.94 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-06-12 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120g 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), pasta z twarogu 100 g ( <b>MLE</b> ), szczypiorek 20 g, papryka świeża 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), kasza gryczana na sypko 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</b> ), surówka z selera 130 g ( <b>MLE, SEL</b> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120g 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g ( <b>RYB, MLE</b> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 5 g ( <b>MLE</b> ), Pasztet z fasoli 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, ORZ, GOR, SEZ</b> ), sałata zielona 8g 8 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2107.46 kcal; Białko ogółem: 103.18 g; Tłuszcz: 76.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.72 g; Węglowodany ogółem: 287.12 g; suma cukrów prostych: 31.35 g; Błonnik pokarmowy: 45.37 g; Sól: 15.84 g; WW: 24.29 Por; Cholesterol: 299.56 mg;

środa 2024-06-12 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 15 g, wędlina 50 g, dynia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g ( <b>SEL, może zawierać: GOR</b> ), buraczki duszone b/ml, b/glut 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 15 g, ryba po grecku 200 g ( <b>RYB, SEL, może zawierać: SEL</b> ), Herbata czarna z/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 15 g, miód 2 szt. 50 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2146.2 kcal; Białko ogółem: 89.46 g; Tłuszcz: 73.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.14 g; Węglowodany ogółem: 291.47 g; suma cukrów prostych: 39.33 g; Błonnik pokarmowy: 18.6 g; Sól: 4.58 g; WW: 27.5 Por; Cholesterol: 109.7 mg;

środa 2024-06-12 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), wędlina 50 g, margaryna 15 g, papryka świeża 50 g, szczypiorek 15 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g ( <b>SEL, może zawierać: GOR</b> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 15 g, ryba po grecku 200 g ( <b>RYB, SEL, może zawierać: SEL</b> ), Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 5g 5 g, miód 2 szt. 50 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2091.43 kcal; Białko ogółem: 89.23 g; Tłuszcz: 67.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.5 g; Węglowodany ogółem: 298.28 g; suma cukrów prostych: 27.29 g; Błonnik pokarmowy: 38.05 g; Sól: 5.15 g; WW: 26.26 Por; Cholesterol: 111.2 mg;

środa 2024-06-12 Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g, filet z indyka gotowany 100 g, marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 250 ml, wafle ryżowe 50 g,	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g, kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <b>GLU</b> ), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g ( <b>GLU</b> ), woda n/g 0,5L 1 szt, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g,	wafle ryżowe 50 g, margaryna 30 g, Pulpet z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 Por, brokuł gotowany 100 g, Herbata czarna z/c 250 ml,
<b>II Śniadanie:</b> gruszka 300 g,		<b>Posiłek nocny:</b> kasza jaglana na wodzie 200 ml, Mus z jabłek b/c 150 g,

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

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-06-12 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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 50 g , szczypiorek 15 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g ( <u>RYB, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2121.41 kcal; Białko ogółem: 87.36 g; Tłuszcz: 105.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.98 g; Węglowodany ogółem: 230.99 g; suma cukrów prostych: 27.3 g; Błonnik pokarmowy: 15.21 g; Sól: 11.97 g; WW: 21.76 Por; Cholesterol: 266.98 mg;

środa 2024-06-12 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , papryka świeża 50 g , szczypiorek 15 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , majonez 20 g ( <u>JAJ</u> ),
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , miód 2 szt. 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2162.6 kcal; Białko ogółem: 84.4 g; Tłuszcz: 112.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.55 g; Węglowodany ogółem: 210.96 g; suma cukrów prostych: 16.97 g; Błonnik pokarmowy: 10.09 g; Sól: 1.59 g; WW: 20.31 Por; Cholesterol: 665.25 mg;

środa 2024-06-12 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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 50 g , szczypiorek 15 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g ( <u>RYB, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2144.46 kcal; Białko ogółem: 109.45 g; Tłuszcz: 120.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.86 g; Węglowodany ogółem: 191.31 g; suma cukrów prostych: 23.16 g; Błonnik pokarmowy: 15.43 g; Sól: 12.69 g; WW: 17.82 Por; Cholesterol: 351.51 mg;

środa 2024-06-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), wędlina 50 g , margaryna 15 g , papryka świeża 50 g , szczypiorek 15 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 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> ), margaryna 15 g , ryba po grecku 200 g ( <u>RYB, SEL, może zawierać: SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g , ogórek świeży 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2014.69 kcal; Białko ogółem: 92.54 g; Tłuszcz: 68.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.67 g; Węglowodany ogółem: 275.63 g; suma cukrów prostych: 38.02 g; Błonnik pokarmowy: 41.91 g; Sól: 7.48 g; WW: 23.6 Por; Cholesterol: 111.2 mg;

środa 2024-06-12 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , papryka świeża 50 g , szczypiorek 15 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), majonez 20 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , ogórek świeży 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2088.38 kcal; Białko ogółem: 87.93 g; Tłuszcz: 113.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.73 g; Węglowodany ogółem: 188.77 g; suma cukrów prostych: 27.86 g; Błonnik pokarmowy: 14.17 g; Sól: 3.92 g; WW: 17.67 Por; Cholesterol: 665.25 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-06-12			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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 50 g , szczypiorek 15 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 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> ), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g ( <u>RYB</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2272.02 kcal; Białko ogółem: 85.83 g; Tłuszcz: 81.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.8 g; Węglowodany ogółem: 332.97 g; suma cukrów prostych: 48.78 g; Błonnik pokarmowy: 43.93 g; Sól: 16.18 g; WW: 29.11 Por; Cholesterol: 192.03 mg;

środa 2024-06-12			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> ), marchewka gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2139.94 kcal; Białko ogółem: 73.27 g; Tłuszcz: 51.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.18 g; Węglowodany ogółem: 268.37 g; suma cukrów prostych: 40.03 g; Błonnik pokarmowy: 33.39 g; Sól: 4.41 g; WW: 23.7 Por; Cholesterol: 208.2 mg;

środa 2024-06-12			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	pomidorowa z makaronem drobnym- dieta b/ml 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 100 g , sałata zielona 8g 8 g ,		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , kakao proszek 30 g ,			

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

środa 2024-06-12			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;

środa 2024-06-12			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
kasza manna na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), kielbasa biała - ots 120 g , ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana ots 100 g , serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),	pomidorowa z makaronem - ots 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), Ryż biały na sypko ots 200 g , filet z kur. duszony w ziołach - dieta ots 100 g , sos śmietanowy na ciepło ots 100 ml ( <u>MLE</u> ), warzywa na parze k/b/f ots 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), sałatka makaronowa z brokułem ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c ots 250 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3324.54 kcal; Białko ogółem: 163.31 g; Tłuszcz: 149.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.03 g; Węglowodany ogółem: 352.99 g; suma cukrów prostych: 69.43 g; Błonnik pokarmowy: 25.77 g; Sól: 8.09 g; WW: 32.85 Por; Cholesterol: 840.98 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-06-12			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
kasza manna na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana ots 100 g, serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),	pomidorowa z makaronem ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko ots 200 g, filet z kur. duszony w ziołach - dieta ots 100 g, sos śmietanowy na ciepło ots 100 ml ( <u>MLE</u> ), warzywa na parze k/b/f ots 150 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), sałatka makaronowa z brokulem ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, Herbata czarna b/c 250 ml,			
			Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym b/c ots 250 ml,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3243.84 kcal; Białko ogółem: 158.87 g; Tłuszcz: 142.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.53 g; Węglowodany ogółem: 355.19 g; suma cukrów prostych: 58.33 g; Błonnik pokarmowy: 31.54 g; Sól: 9.33 g; WW: 32.47 Por; Cholesterol: 893.27 mg;

środa 2024-06-12			Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu		
chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g,	chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g,	chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 761.4 kcal; Białko ogółem: 45.96 g; Tłuszcz: 28.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.86 g; Węglowodany ogółem: 83.16 g; suma cukrów prostych: .93 g; Błonnik pokarmowy: 4.05 g; Sól: 1.71 g; WW: 7.98 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

środa 2024-06-12			Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,			

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

środa 2024-06-12			Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,			

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

środa 2024-06-12			Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ),	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g, Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ),			

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

środa 2024-06-12			Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml, serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kasza kukurydzina na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 968.39 kcal; Białko ogółem: 60.57 g; Tłuszcz: 35.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 114.24 g; suma cukrów prostych: 50.66 g; Błonnik pokarmowy: 5.67 g; Sól: 2.18 g; WW: 10.83 Por; Cholesterol: 155.71 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-06-12 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <b>MLE</b> ), chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 5 g ( <b>MLE</b> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/ml 100 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), cukinia gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 5 g ( <b>MLE</b> ), jajko gotowane 50 g ( <b>JAJ</b> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: suchary 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), kakao proszek 30 g , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g ( <b>OZI, ORZ</b> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2193.65 kcal; Białko ogółem: 80 g; Tłuszcz: 58.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.69 g; Węglowodany ogółem: 260.75 g; suma cukrów prostych: 26.69 g; Błonnik pokarmowy: 27.74 g; Sól: 7.34 g; WW: 23.42 Por; Cholesterol: 440.99 mg;

środa 2024-06-12 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 Por ( <b>GLU</b> ), brokuł gotowany 100 g ,	wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1792.79 kcal; Białko ogółem: 58.43 g; Tłuszcz: 70.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.44 g; Węglowodany ogółem: 237.49 g; suma cukrów prostych: 20.53 g; Błonnik pokarmowy: 14.58 g; Sól: 1.44 g; WW: 22.55 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

środa 2024-06-12 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <b>JAJ</b> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żył. 100 g ( <b>GLU</b> ),	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <b>GLU</b> ), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g ( <b>GLU</b> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt ,	chleb mieszany psz-żył. 100 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), filet z indyka gotowany 100 g , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: gruszka 300 g ,		Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , kasza manna na mleku 200 g ( <b>GLU, MLE</b> ),

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

środa 2024-06-12 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ziemniaki gotowane 250 g , gulasz drobiowy - dieta 300 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</b> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 848.31 kcal; Białko ogółem: 46.17 g; Tłuszcz: 34.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.56 g; Węglowodany ogółem: 90.85 g; suma cukrów prostych: 15.3 g; Błonnik pokarmowy: 10.56 g; Sól: 1.31 g; WW: 8.01 Por; Cholesterol: 167.1 mg;

środa 2024-06-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
makaron drobny na mleku 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <b>MLE</b> ), pasta z twarogu 100 g ( <b>MLE</b> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <b>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</b> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <b>MLE</b> ), ryba po grecku 200 g ( <b>RYB, SEL, może zawierać: SEL</b> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <b>MLE</b> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2523.47 kcal; Białko ogółem: 134.12 g; Tłuszcz: 90.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.89 g; Węglowodany ogółem: 328.11 g; suma cukrów prostych: 54.75 g; Błonnik pokarmowy: 23.05 g; Sól: 5.16 g; WW: 30.75 Por; Cholesterol: 313.23 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-06-12			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 50 g , szczypiorek 15 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 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> ), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g ( <u>RYB</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2272.02 kcal; Białko ogółem: 85.83 g; Tłuszcz: 81.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.8 g; Węglowodany ogółem: 332.97 g; suma cukrów prostych: 48.78 g; Błonnik pokarmowy: 43.93 g; Sól: 16.18 g; WW: 29.11 Por; Cholesterol: 192.03 mg;

środa 2024-06-12			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , paszтет sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	szpinakowa z ziemniakami b/ml,b/glut jarska 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), sałatka z buraczków i jabłka 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2092.74 kcal; Białko ogółem: 56.81 g; Tłuszcz: 82.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.9 g; Węglowodany ogółem: 292.53 g; suma cukrów prostych: 56.6 g; Błonnik pokarmowy: 40.4 g; Sól: 6.66 g; WW: 25.38 Por; Cholesterol: 2.4 mg;

środa 2024-06-12			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko gotowane 150 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), 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> ), ryba po grecku 200 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2564.66 kcal; Białko ogółem: 135.26 g; Tłuszcz: 89.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.63 g; Węglowodany ogółem: 338.29 g; suma cukrów prostych: 69.04 g; Błonnik pokarmowy: 32.26 g; Sól: 5.2 g; WW: 30.81 Por; Cholesterol: 317.78 mg;

środa 2024-06-12			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 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> ), dynia gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <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> ), ryba po grecku 200 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Paszтет z fasoli 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GLU</u> , <u>ORZ</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2628.55 kcal; Białko ogółem: 138.99 g; Tłuszcz: 102.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.87 g; Węglowodany ogółem: 333.1 g; suma cukrów prostych: 63.91 g; Błonnik pokarmowy: 44.51 g; Sól: 8.44 g; WW: 29.07 Por; Cholesterol: 368.81 mg;

środa 2024-06-12			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko gotowane 150 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), 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> ), ryba po grecku 200 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany straciatella 200 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2752.96 kcal; Białko ogółem: 135.86 g; Tłuszcz: 96.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.01 g; Węglowodany ogółem: 367.17 g; suma cukrów prostych: 73.84 g; Błonnik pokarmowy: 49.18 g; Sól: 5.82 g; WW: 32.03 Por; Cholesterol: 318.78 mg;