

Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-06-16		
Jadłospis dla diety: Podstawowa		
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 100g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 25 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (<u>MLE</u>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2166.8 kcal; Białko ogółem: 93.22g; Tłuszcz: 78.95g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.2g; Węglowodany ogółem: 306.35g; suma cukrów prostych: 43.16g; Błonnik pokarmowy: 39.25g; Sól: 8.23g; WW: 27 Por; Cholesterol: 240.77 mg;

niedziela 2024-06-16		
Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</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>), dżem owocowy 25 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 250 g , kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (<u>MLE</u>), ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2870.01 kcal; Białko ogółem: 120.41g; Tłuszcz: 109.22g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.36g; Węglowodany ogółem: 389.87g; suma cukrów prostych: 48.21g; Błonnik pokarmowy: 44.69g; Sól: 7.57g; WW: 34.8 Por; Cholesterol: 307.82 mg;

niedziela 2024-06-16		
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 twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (<u>MLE</u>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 70 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>), papryka świeża 100 g ,		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2154.5 kcal; Białko ogółem: 97.9g; Tłuszcz: 74.6g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.66g; Węglowodany ogółem: 308.86g; suma cukrów prostych: 58.98g; Błonnik pokarmowy: 40.7g; Sól: 8.58g; WW: 27.04 Por; Cholesterol: 231.88 mg;

niedziela 2024-06-16		
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 twarogu 100g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 25 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 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>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: herbatniki 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2439.8 kcal; Białko ogółem: 96.92g; Tłuszcz: 82.15g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.54g; Węglowodany ogółem: 356.45g; suma cukrów prostych: 68.11g; Błonnik pokarmowy: 24.9g; Sól: 6.11g; WW: 33.3 Por; Cholesterol: 261.77 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</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>), dżem owocowy 25 g , jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , marchewka gotowana 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>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2807.97 kcal; Białko ogółem: 120.83 g; Tłuszcz: 102.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.77 g; Węglowodany ogółem: 390.15 g; suma cukrów prostych: 82.32 g; Błonnik pokarmowy: 64.98 g; Sól: 9.7 g; WW: 32.94 Por; Cholesterol: 286.07 mg;

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: herbatniki 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2515.55 kcal; Białko ogółem: 105.36 g; Tłuszcz: 88.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.63 g; Węglowodany ogółem: 358.65 g; suma cukrów prostych: 77.56 g; Błonnik pokarmowy: 36.9 g; Sól: 6.86 g; WW: 32.39 Por; Cholesterol: 275.52 mg;

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab gotowany 80 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u>), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2166.3 kcal; Białko ogółem: 109.4 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.67 g; Węglowodany ogółem: 305.24 g; suma cukrów prostych: 62.3 g; Błonnik pokarmowy: 27.07 g; Sól: 7.13 g; WW: 28.12 Por; Cholesterol: 223.84 mg;

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab gotowany 80 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: herbatniki 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2306.63 kcal; Białko ogółem: 109.62 g; Tłuszcz: 66.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.08 g; Węglowodany ogółem: 346.63 g; suma cukrów prostych: 87.65 g; Błonnik pokarmowy: 24.46 g; Sól: 4.88 g; WW: 32.48 Por; Cholesterol: 190.84 mg;

niedziela 2024-06-16			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>), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab gotowany 80 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g ,	Podwieczorek: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2378.88 kcal; Białko ogółem: 117.32 g; Tłuszcz: 75.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.35 g; Węglowodany ogółem: 345.26 g; suma cukrów prostych: 39.42 g; Błonnik pokarmowy: 44.43 g; Sól: 6.72 g; WW: 30.24 Por; Cholesterol: 182.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-16			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>), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , ,schab gotowany 80 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: papryka świeża 100 g , kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 20 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1797.9 kcal; Białko ogółem: 105.34 g; Tłuszcz: 49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 11.14 g; Węglowodany ogółem: 258.32 g; suma cukrów prostych: 27.46 g; Błonnik pokarmowy: 32.3 g; Sól: 4.55 g; WW: 22.73 Por; Cholesterol: 96.43 mg;

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
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>), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , ,schab gotowany 80 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , jabłko 150 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2407.36 kcal; Białko ogółem: 111.23 g; Tłuszcz: 82.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.5 g; Węglowodany ogółem: 341.34 g; suma cukrów prostych: 68.45 g; Błonnik pokarmowy: 51.03 g; Sól: 6.4 g; WW: 29.19 Por; Cholesterol: 199.79 mg;

niedziela 2024-06-16			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>), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , ,schab gotowany 80 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2091.32 kcal; Białko ogółem: 106.94 g; Tłuszcz: 63.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.92 g; Węglowodany ogółem: 308.99 g; suma cukrów prostych: 30.68 g; Błonnik pokarmowy: 40.17 g; Sól: 5.83 g; WW: 27.04 Por; Cholesterol: 144.96 mg;

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , ,schab gotowany 80 g , ,schab gotowany 80 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , ,kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g ,	Podwieczorek: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), ogórek świeży 100 g , jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2868.46 kcal; Białko ogółem: 154.65 g; Tłuszcz: 99.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.43 g; Węglowodany ogółem: 378.37 g; suma cukrów prostych: 51.99 g; Błonnik pokarmowy: 46.5 g; Sól: 7.16 g; WW: 33.37 Por; Cholesterol: 269.14 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,jabłko pieczone 150 g ,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , marchewka gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1966.62 kcal; Białko ogółem: 108.51 g; Tłuszcz: 54.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.32 g; Węglowodany ogółem: 286.65 g; suma cukrów prostych: 46.32 g; Błonnik pokarmowy: 36.67 g; Sól: 5.42 g; WW: 25.26 Por; Cholesterol: 147.28 mg;

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 50 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , marchewka gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 50 g (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta warzywna 100 g (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2185.49 kcal; Białko ogółem: 52.35 g; Tłuszcz: 85.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.42 g; Węglowodany ogółem: 298.23 g; suma cukrów prostych: 32.04 g; Błonnik pokarmowy: 26.05 g; Sól: 1.34 g; WW: 27.39 Por; Cholesterol: 217.08 mg;

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , marchewka gotowana 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2109.4 kcal; Białko ogółem: 101.72 g; Tłuszcz: 50.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.26 g; Węglowodany ogółem: 338.69 g; suma cukrów prostych: 85.11 g; Błonnik pokarmowy: 23.16 g; Sól: 5.2 g; WW: 31.82 Por; Cholesterol: 135.28 mg;

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU, MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , marchewka gotowana 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2147.24 kcal; Białko ogółem: 98.95 g; Tłuszcz: 55.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.56 g; Węglowodany ogółem: 342.23 g; suma cukrów prostych: 97.43 g; Błonnik pokarmowy: 23.81 g; Sól: 4.74 g; WW: 32.13 Por; Cholesterol: 175.96 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <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 twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 25 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 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>), ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 70 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. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2932.89 kcal; Białko ogółem: 129.45 g; Tłuszcz: 112.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.35 g; Węglowodany ogółem: 381.37 g; suma cukrów prostych: 45.72 g; Błonnik pokarmowy: 42.49 g; Sól: 7.53 g; WW: 34.14 Por; Cholesterol: 307.82 mg;

niedziela 2024-06-16			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;

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata- śniad 350 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	papkowata - obiad 650 ml ,	papkowata - kolacja 350 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),			
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),		Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),			

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

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 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>), wędlina 50 g , marchewka gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2311.41 kcal; Białko ogółem: 99.87 g; Tłuszcz: 67.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.39 g; Węglowodany ogółem: 353.45 g; suma cukrów prostych: 79.66 g; Błonnik pokarmowy: 24.69 g; Sól: 4.91 g; WW: 33.18 Por; Cholesterol: 232.57 mg;

niedziela 2024-06-16			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>), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 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>), wędlina 50 g , marchewka gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2448.41 kcal; Białko ogółem: 108.04 g; Tłuszcz: 83.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.24 g; Węglowodany ogółem: 344.22 g; suma cukrów prostych: 52.94 g; Błonnik pokarmowy: 41.75 g; Sól: 7.69 g; WW: 30.63 Por; Cholesterol: 224.97 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-16			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>), sałata zielona 8g 8g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab gotowany 80 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 50 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1786.32 kcal; Białko ogółem: 96.18 g; Tłuszcz: 58.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.54 g; Węglowodany ogółem: 251.9 g; suma cukrów prostych: 27.79 g; Błonnik pokarmowy: 33.43 g; Sól: 4.71 g; WW: 21.99 Por; Cholesterol: 144.16 mg;

niedziela 2024-06-16			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 twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab gotowany 80 g , sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , kompot z porzeczek czarnych 250 ml , schab gotowany 80 g ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2278.48 kcal; Białko ogółem: 127.91 g; Tłuszcz: 79.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.43 g; Węglowodany ogółem: 297.79 g; suma cukrów prostych: 44.31 g; Błonnik pokarmowy: 35.12 g; Sól: 5.34 g; WW: 26.42 Por; Cholesterol: 211.34 mg;

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), wędlina 50 g , marchewka gotowana 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2101.7 kcal; Białko ogółem: 90.86 g; Tłuszcz: 65.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.17 g; Węglowodany ogółem: 296.43 g; suma cukrów prostych: 61.03 g; Błonnik pokarmowy: 18.88 g; Sól: 4.61 g; WW: 28.18 Por; Cholesterol: 620.28 mg;

niedziela 2024-06-16			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 warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>), miód 2 szt. 50 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2319.57 kcal; Białko ogółem: 94.88 g; Tłuszcz: 90.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 10.55 g; Węglowodany ogółem: 299.03 g; suma cukrów prostych: 28.98 g; Błonnik pokarmowy: 36.71 g; Sól: 7.87 g; WW: 26.67 Por; Cholesterol: 685.89 mg;

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g (<u>GLU</u>), Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atopowa 240 g , ziemniaki gotowane 200 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml (<u>GLU</u>), brokuł gotowany 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt ,	Zapiekanka z ziemniaków i warzyw - d. atopowa 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,			
II Śniadanie: kisiel z jabłek z/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , ryż na wodzie 200 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1863.5 kcal; Białko ogółem: 60.32 g; Tłuszcz: 69.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.16 g; Węglowodany ogółem: 258.31 g; suma cukrów prostych: 73.52 g; Błonnik pokarmowy: 38.29 g; Sól: 1.93 g; WW: 22.28 Por; Cholesterol: 138.52 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (MLE), pasta z twarogu 100 g (MLE), miód 2 szt. 50 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml (SEL), ziemniaki gotowane 200 g , .schab gotowany 80 g , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (MLE), jajko gotowane 2 szt. 100 g (JAJ), wędlina 30g 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (MLE), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (SEL), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2330.5 kcal; Białko ogółem: 111.14 g; Tłuszcz: 110.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.01 g; Węglowodany ogółem: 249.73 g; suma cukrów prostych: 18.1 g; Błonnik pokarmowy: 11.84 g; Sól: 1.99 g; WW: 24.07 Por; Cholesterol: 722.44 mg;

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (SEL), miód 2 szt. 50 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml (SEL), ziemniaki gotowane 200 g , .schab gotowany 80 g , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (JAJ), wędlina 30g 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (SEL), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2341.67 kcal; Białko ogółem: 103.48 g; Tłuszcz: 111.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.63 g; Węglowodany ogółem: 239.91 g; suma cukrów prostych: 11.05 g; Błonnik pokarmowy: 8.97 g; Sól: 1.65 g; WW: 23.34 Por; Cholesterol: 614.16 mg;

niedziela 2024-06-16			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 (MLE), pasta z twarogu 100 g (MLE), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml (SEL), ziemniaki gotowane 200 g , .schab gotowany 80 g , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (MLE), jajko gotowane 2 szt. 100 g (JAJ), wędlina 30g 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 5 g (MLE), papryka świeża 100 g ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 5 g (MLE), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (SEL), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2272.8 kcal; Białko ogółem: 114.52 g; Tłuszcz: 114.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.08 g; Węglowodany ogółem: 224.85 g; suma cukrów prostych: 18.84 g; Błonnik pokarmowy: 13.38 g; Sól: 1.98 g; WW: 21.36 Por; Cholesterol: 722.44 mg;

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120g 120 g (GLU), margaryna 15 g , Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (SEL), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml (SEL), ziemniaki gotowane 200 g , .schab gotowany 80 g , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (GLU), margaryna 15 g , wędlina 50 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (GLU), margaryna 5g 5 g , papryka świeża 100 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (GLU), margaryna 5g 5 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (SEL), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2078.12 kcal; Białko ogółem: 91.78 g; Tłuszcz: 77.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.09 g; Węglowodany ogółem: 273.06 g; suma cukrów prostych: 22.67 g; Błonnik pokarmowy: 37.71 g; Sól: 5.42 g; WW: 23.7 Por; Cholesterol: 62.01 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , schab gotowany 80 g , sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , papryka świeża 100 g ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2319.77 kcal; Białko ogółem: 106.87 g; Tłuszcz: 119.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.7 g; Węglowodany ogółem: 215.07 g; suma cukrów prostych: 11.79 g; Błonnik pokarmowy: 10.51 g; Sól: 1.64 g; WW: 20.64 Por; Cholesterol: 614.16 mg;

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 50g 50 g (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , marchewka gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta warzywna 100 g (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1992.87 kcal; Białko ogółem: 46.8 g; Tłuszcz: 76.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.45 g; Węglowodany ogółem: 278.69 g; suma cukrów prostych: 32.01 g; Błonnik pokarmowy: 26.02 g; Sól: 1.26 g; WW: 25.44 Por; Cholesterol: 204.68 mg;

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. b/ml - dieta 100 g (<u>JAJ</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta b/ml 300 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Mięso drobiowe gotowane 100 g , sos pietruszkowy b/ml 100 ml (<u>GLU</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE</u>), jogurt naturalny b/l 1 szt (<u>MLE</u>), bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 50 g (<u>SEL</u>), kakao proszek 30 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2232.66 kcal; Białko ogółem: 93.17 g; Tłuszcz: 70.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.6 g; Węglowodany ogółem: 230.83 g; suma cukrów prostych: 32.41 g; Błonnik pokarmowy: 23.46 g; Sól: 4.99 g; WW: 20.96 Por; Cholesterol: 737.43 mg;

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), Mus z jabłek b/c 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	krupnik z ziemniakami - dieta 300 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Makaron drobny gotowany 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos boloński z mięsa drob. -dieta 200 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), marchewka gotowana 100 g ,		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , jogurt naturalny b/l 1 szt (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2040.81 kcal; Białko ogółem: 101.04 g; Tłuszcz: 72.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 251.28 g; suma cukrów prostych: 58.3 g; Błonnik pokarmowy: 30.65 g; Sól: 7.53 g; WW: 22.3 Por; Cholesterol: 719.56 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-16 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;

niedziela 2024-06-16 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
płatki owsiane na mleku ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,) , chleb graham ots 90 g (<u>GLU</u> ,) , masło sztukowe 15g ots 1 szt (<u>MLE</u> ,) , serek do smarowania OTS 80 g (<u>MLE</u> ,) , pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , knedle ze śliwką ots 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) , śmietana 18% ots 100 ml (<u>MLE</u> ,) , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb graham ots 90 g (<u>GLU</u> ,) , masło sztukowe 15g ots 1 szt (<u>MLE</u> ,) , Herbata czarna b/c 250 ml , wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , włoszczyzna 3 skl. gotowana ots 100 g (<u>SEL</u> ,) ,
		Posiłek nocny: herbatniki ots 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ,) , serek wiejski - ots 200 g (<u>MLE</u> ,) ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2801.93 kcal; Białko ogółem: 120.22 g; Tłuszcz: 119.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 65.03 g; Węglowodany ogółem: 310.74 g; suma cukrów prostych: 75.79 g; Błonnik pokarmowy: 24.75 g; Sól: 6.1 g; WW: 28.6 Por; Cholesterol: 445.81 mg;

niedziela 2024-06-16 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
płatki owsiane 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> ,) , serek do smarowania OTS 80 g (<u>MLE</u> ,) , pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) , ziemniaki gotowane ots 200 g , Filet z kurczaka gotowany ots 80 g , bukiet warzyw mar./brok./kalaf. ots 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u> ,) , masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u> ,) , ser żółty plastry - 100g ots 1 szt (<u>MLE</u> ,) , Herbata czarna b/c 250 ml , włoszczyzna 3 skl. gotowana ots 100 g (<u>SEL</u> ,) ,
		Posiłek nocny: serek wiejski - ots 200 g (<u>MLE</u> ,) , chleb graham 30 g (<u>GLU</u> ,) , masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u> ,) ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2487.46 kcal; Białko ogółem: 137.77 g; Tłuszcz: 106.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 58.37 g; Węglowodany ogółem: 242.99 g; suma cukrów prostych: 39.83 g; Błonnik pokarmowy: 26.79 g; Sól: 8.53 g; WW: 21.62 Por; Cholesterol: 399.61 mg;

niedziela 2024-06-16 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;

niedziela 2024-06-16 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;

niedziela 2024-06-16 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;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: Ściśła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, _</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, _</u>),	grysikowa 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 ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, _</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, _</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1309.44 kcal; Białko ogółem: 42.09 g; Tłuszcz: 19.82 g; Kw.łf.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;

niedziela 2024-06-16			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.łf.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;

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE, _</u>), chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE, _</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL, _</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,	grysikowa z ziemniakami - dieta 300 ml (<u>GLU, 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.łf.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;

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 Por (<u>GLU, _</u>), brokuł gotowany 100 g ,	wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,			
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1792.79 kcal; Białko ogółem: 58.43 g; Tłuszcz: 70.84 g; Kw.łf.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;

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), twarożek 100 g (<u>MLE, _</u>), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żył. 100 g (<u>GLU, _</u>),	krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g (<u>GLU, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atapowa 240 g , brokuł gotowany 150 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml (<u>GLU, _</u>), woda n/g 0,5L 1 szt ,	chleb mieszany psz-żył. 100 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), pasta z jaj 100 g (<u>JAJ, MLE, _</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>),		Posiłek nocny: banan 200 g ,			

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

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-16		Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny
		dyniowa z zacierką - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 250 g, kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 200 g, kompot z porzeczek czarnych 250 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 964.38 kcal; Białko ogółem: 41.31 g; Tłuszcz: 40.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.72 g; Węglowodany ogółem: 112.7 g; suma cukrów prostych: 7.25 g; Błonnik pokarmowy: 9.55 g; Sól: 1.6 g; WW: 10.39 Por; Cholesterol: 134.54 mg;

niedziela 2024-06-16		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, schab gotowany 80 g, sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, schab gotowany 80 g, sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u>), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 50 g (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2349.02 kcal; Białko ogółem: 117.31 g; Tłuszcz: 78.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.73 g; Węglowodany ogółem: 322.77 g; suma cukrów prostych: 62.48 g; Błonnik pokarmowy: 27.92 g; Sól: 7.56 g; WW: 29.8 Por; Cholesterol: 236.24 mg;

niedziela 2024-06-16		Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej
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>), dżem owocowy 50 g, rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, pomidor 70 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>), papryka świeża 100 g, pasta z wędliny drob. i warzywy 100 g (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2392.89 kcal; Białko ogółem: 115.88 g; Tłuszcz: 92.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.8 g; Węglowodany ogółem: 310.52 g; suma cukrów prostych: 59.07 g; Błonnik pokarmowy: 40.7 g; Sól: 8.68 g; WW: 27.21 Por; Cholesterol: 267.47 mg;

niedziela 2024-06-16		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 twarogu 100 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g, rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	dyniowa z zacierką - dieta jarska 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g, kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), pomidor 70 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2100.42 kcal; Białko ogółem: 87.12 g; Tłuszcz: 52.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.59 g; Węglowodany ogółem: 352.48 g; suma cukrów prostych: 36.9 g; Błonnik pokarmowy: 38.16 g; Sól: 6.98 g; WW: 31.76 Por; Cholesterol: 85.55 mg;

niedziela 2024-06-16		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, pasztet sojowy 113 g (<u>SOJ</u>), papryka świeża 70 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	dyniowa z ziemniakami b/glut, b/ml jarska 400 ml (<u>SEL</u>), ryż 200 g, chilli con carne z tofu 300 g (<u>SOJ</u>), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, pasta z soczewicy 80 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: gruszka 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2115.5 kcal; Białko ogółem: 62.3 g; Tłuszcz: 67.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.9 g; Węglowodany ogółem: 333.22 g; suma cukrów prostych: 56.7 g; Błonnik pokarmowy: 44.5 g; Sól: 5.2 g; WW: 29.03 Por; Cholesterol: 2.4 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 25 g, jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, schab gotowany 80 g, sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g, marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2438.33 kcal; Białko ogółem: 119.16 g; Tłuszcz: 79.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.82 g; Węglowodany ogółem: 340.44 g; suma cukrów prostych: 76.56 g; Błonnik pokarmowy: 44.02 g; Sól: 7.76 g; WW: 30.03 Por; Cholesterol: 194.64 mg;

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, schab gotowany 80 g, seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, marchewka gotowana 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>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>),	Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2421.28 kcal; Białko ogółem: 124.53 g; Tłuszcz: 83.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.82 g; Węglowodany ogółem: 321.04 g; suma cukrów prostych: 75.14 g; Błonnik pokarmowy: 59.19 g; Sól: 8.15 g; WW: 26.51 Por; Cholesterol: 197.54 mg;

niedziela 2024-06-16			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
płatki owsiane na mleku 300 g (<u>GLU</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>), dżem owocowy 25 g, jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	dyniowa z zacierką - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet schabowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g, marchewka gotowana 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>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2807.97 kcal; Białko ogółem: 120.83 g; Tłuszcz: 102.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.77 g; Węglowodany ogółem: 390.15 g; suma cukrów prostych: 82.32 g; Błonnik pokarmowy: 64.98 g; Sól: 9.7 g; WW: 32.94 Por; Cholesterol: 286.07 mg;