

Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-06-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb mieszany psz.-żyty 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>), pasztet zapiekany 60 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), sałata zielona 20 g , ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g (<u>GLU, SEL</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyty 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 ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: rogal 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2532.99 kcal; Białko ogółem: 84.89 g; Tłuszcz: 87.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.63 g; Węglowodany ogółem: 359.91 g; suma cukrów prostych: 31.06 g; Błonnik pokarmowy: 43.06 g; Sól: 8.92 g; WW: 31.73 Por; Cholesterol: 290.75 mg;

poniedziałek 2024-06-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żyty 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>), pasztet zapiekany 60 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), sałata zielona 20 g , ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g (<u>GLU, SEL</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyty 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 ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: rogal 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2828.94 kcal; Białko ogółem: 95.34 g; Tłuszcz: 100.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.12 g; Węglowodany ogółem: 394.2 g; suma cukrów prostych: 44.5 g; Błonnik pokarmowy: 44.83 g; Sól: 9.2 g; WW: 35.03 Por; Cholesterol: 335.55 mg;

poniedziałek 2024-06-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasztet zapiekany 60 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), sałata zielona 20 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g (<u>GLU, SEL</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: rogal 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2235.25 kcal; Białko ogółem: 80.46 g; Tłuszcz: 73.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.42 g; Węglowodany ogółem: 319.11 g; suma cukrów prostych: 44.36 g; Błonnik pokarmowy: 39.14 g; Sól: 9.59 g; WW: 28.04 Por; Cholesterol: 256.15 mg;

poniedziałek 2024-06-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)		
chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasztet zapiekany 60 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), sałata zielona 20 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g (<u>GLU, SEL</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), .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>), pasta z ryby wędzonej 50 g (<u>JAJ, RYB</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jabłko 150 g ,		Posiłek nocny: rogal 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2573.12 kcal; Białko ogółem: 89.09 g; Tłuszcz: 79.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.73 g; Węglowodany ogółem: 376.76 g; suma cukrów prostych: 47.19 g; Błonnik pokarmowy: 41.5 g; Sól: 7.01 g; WW: 33.55 Por; Cholesterol: 275.56 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasztet zapiekany 60 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g (<u>GLU, SEL</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: rogal 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2848.36 kcal; Białko ogółem: 97.63 g; Tłuszcz: 96.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.93 g; Węglowodany ogółem: 408.36 g; suma cukrów prostych: 55.03 g; Błonnik pokarmowy: 47.25 g; Sól: 11.64 g; WW: 36.25 Por; Cholesterol: 310.75 mg;

poniedziałek 2024-06-17			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>), wędlina 50 g , salata zielona 20 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g (<u>GLU, SEL</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), .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>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB</u>), salata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jabłko 150 g ,		Posiłek nocny: rogal 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2626.21 kcal; Białko ogółem: 89.79 g; Tłuszcz: 86.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.37 g; Węglowodany ogółem: 373.68 g; suma cukrów prostych: 47.68 g; Błonnik pokarmowy: 41.49 g; Sól: 7.06 g; WW: 33.26 Por; Cholesterol: 226.75 mg;

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g (<u>GLU, SEL</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE</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 z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL</u>), salata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: rogal 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2426.42 kcal; Białko ogółem: 90.24 g; Tłuszcz: 75.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.55 g; Węglowodany ogółem: 342.69 g; suma cukrów prostych: 35.93 g; Błonnik pokarmowy: 20.74 g; Sól: 5.22 g; WW: 32.3 Por; Cholesterol: 210.18 mg;

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g (<u>GLU, SEL</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE</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 z ryby gotowanej i warzyw -dieta 50 g (<u>RYB, SEL</u>), salata zielona 20 g , wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jabłko 150 g ,		Posiłek nocny: rogal 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2435.95 kcal; Białko ogółem: 92.7 g; Tłuszcz: 71.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.46 g; Węglowodany ogółem: 351.95 g; suma cukrów prostych: 51.96 g; Błonnik pokarmowy: 31.16 g; Sól: 5.15 g; WW: 32.22 Por; Cholesterol: 197.68 mg;

poniedziałek 2024-06-17			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. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g (<u>GLU, SEL</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),	Podwieczorek: 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>), salata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2295.78 kcal; Białko ogółem: 86.07 g; Tłuszcz: 83.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.63 g; Węglowodany ogółem: 299.74 g; suma cukrów prostych: 38.94 g; Błonnik pokarmowy: 44.17 g; Sól: 8.87 g; WW: 25.65 Por; Cholesterol: 220.65 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-17			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>), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), sos pomidorowy 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. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: rzodkiewka 40g 40 g,		Posiłek nocny: sałata zielona 8g 8 g,			
Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1848.06 kcal; Białko ogółem: 74.16 g; Tłuszcz: 60.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.57 g; Węglowodany ogółem: 257.77 g; suma cukrów prostych: 24.89 g; Błonnik pokarmowy: 36.97 g; Sól: 5.89 g; WW: 22.1 Por; Cholesterol: 162.27 mg;					

poniedziałek 2024-06-17			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>), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), sos pomidorowy 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>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), papryka świeża 100 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>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g, jabłko 150 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, wędlina 30g 30 g,			
Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2637.8 kcal; Białko ogółem: 105.57 g; Tłuszcz: 97.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.82 g; Węglowodany ogółem: 343.11 g; suma cukrów prostych: 67.38 g; Błonnik pokarmowy: 55.83 g; Sól: 8 g; WW: 28.77 Por; Cholesterol: 323.95 mg;					

poniedziałek 2024-06-17			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>), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), sos pomidorowy 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. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), papryka świeża 100 g, 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>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g,			
Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2118.87 kcal; Białko ogółem: 80.89 g; Tłuszcz: 70.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.33 g; Węglowodany ogółem: 299.84 g; suma cukrów prostych: 38.47 g; Błonnik pokarmowy: 44.29 g; Sól: 9.74 g; WW: 25.61 Por; Cholesterol: 187.57 mg;					

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z porzeczek czarnych 250 ml, Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>),	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),		Podwieczorek: 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>), sałata zielona 8g 8 g,		
Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2708.12 kcal; Białko ogółem: 114.92 g; Tłuszcz: 99.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.48 g; Węglowodany ogółem: 340.63 g; suma cukrów prostych: 50.99 g; Błonnik pokarmowy: 45.17 g; Sól: 10.47 g; WW: 29.66 Por; Cholesterol: 349.58 mg;					

poniedziałek 2024-06-17			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>), wędlina 50 g, marchewka gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u>), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw-dieta 70 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), dynia gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), skyr naturalny 150 g (<u>MLE</u>),			
Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2114.19 kcal; Białko ogółem: 104.14 g; Tłuszcz: 52.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.17 g; Węglowodany ogółem: 306.06 g; suma cukrów prostych: 29.88 g; Błonnik pokarmowy: 24.97 g; Sól: 7.6 g; WW: 28.35 Por; Cholesterol: 195.93 mg;					

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 50 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), dynia gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (<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.: 2172.72 kcal; Białko ogółem: 54.47 g; Tłuszcz: 87.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.73 g; Węglowodany ogółem: 281.35 g; suma cukrów prostych: 28.61 g; Błonnik pokarmowy: 15.36 g; Sól: 6.61 g; WW: 26.67 Por; Cholesterol: 265.33 mg;

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenno-krojący 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenno-krojący 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 70 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), dynia gotowana 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: rogal 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), miód 25 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2277.02 kcal; Białko ogółem: 83.28 g; Tłuszcz: 52.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.71 g; Węglowodany ogółem: 365.19 g; suma cukrów prostych: 81.98 g; Błonnik pokarmowy: 19.79 g; Sól: 5.05 g; WW: 34.67 Por; Cholesterol: 191.53 mg;

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb pszenno-krojący 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 ,	barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenno-krojący 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 70 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>), dynia gotowana 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: rogal 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), miód 25 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2465.34 kcal; Białko ogółem: 92.95 g; Tłuszcz: 72.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.81 g; Węglowodany ogółem: 358.16 g; suma cukrów prostych: 55.2 g; Błonnik pokarmowy: 20.65 g; Sól: 5.5 g; WW: 33.99 Por; Cholesterol: 257.81 mg;

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasztet zapiekany 60 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), sałata zielona 20 g , ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), Kaszotto jęczmień z mięsem drobiowym i dynią 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: rogal 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2825.99 kcal; Białko ogółem: 100.47 g; Tłuszcz: 95.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.65 g; Węglowodany ogółem: 391.89 g; suma cukrów prostych: 43.36 g; Błonnik pokarmowy: 43.66 g; Sól: 9.2 g; WW: 34.91 Por; Cholesterol: 310.75 mg;

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	płynna - obiad 600 ml ,	płynna - kolacja 350 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),			
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>),			

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

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata- śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>),		papkowata - obiad 650 ml ,		papkowata - kolacja 350 ml (<u>MLE, SEL</u>),	
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>),			Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE, SEL</u>),		

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

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z wędliny drob. 100 g , dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,		barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</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>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 70 g (<u>RYB, SEL</u>), dynia gotowana 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	
			Posiłek nocny: rogal 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2705.22 kcal; Białko ogółem: 106.12 g; Tłuszcz: 85.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.43 g; Węglowodany ogółem: 375.86 g; suma cukrów prostych: 71.91 g; Błonnik pokarmowy: 20.59 g; Sól: 5.41 g; WW: 35.73 Por; Cholesterol: 257.01 mg;

poniedziałek 2024-06-17			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 wędliny drob. 100 g , marchewka gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</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 z ryby gotowanej i warzyw -dieta 70 g (<u>RYB, SEL</u>), dynia gotowana 50 g , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),			Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2344.51 kcal; Białko ogółem: 98.06 g; Tłuszcz: 85.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.31 g; Węglowodany ogółem: 287.19 g; suma cukrów prostych: 29.56 g; Błonnik pokarmowy: 23.47 g; Sól: 6.56 g; WW: 26.62 Por; Cholesterol: 229.01 mg;

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		barszcz ukraiński z ziemniakami 200 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g (<u>GLU, SEL</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,		chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: jablko 150 g ,			Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), salata zielona 8g 8 g ,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1737.81 kcal; Białko ogółem: 66.57 g; Tłuszcz: 62.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.58 g; Węglowodany ogółem: 235.33 g; suma cukrów prostych: 36.18 g; Błonnik pokarmowy: 42.37 g; Sól: 6.51 g; WW: 19.34 Por; Cholesterol: 162.79 mg;

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),		barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g (<u>GLU, SEL</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,		chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB</u>), papryka świeża 100 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>), salata zielona 8g 8 g ,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2218.65 kcal; Białko ogółem: 80.99 g; Tłuszcz: 81.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.63 g; Węglowodany ogółem: 299.94 g; suma cukrów prostych: 38.55 g; Błonnik pokarmowy: 44.29 g; Sól: 9.74 g; WW: 25.63 Por; Cholesterol: 220.65 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (GLU), margaryna 15 g , wędlina 50 g , dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (SEL), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g (GLU, JAJ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , szpinak gotowany -dieta 130 g (GLU), .kompot z porzeczki czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (GLU), margaryna 15 g , pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 70 g (RYB, SEL), dynia gotowana 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (GLU), margaryna 5g 5 g , miód 2 szt. 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2143.4 kcal; Białko ogółem: 75.94 g; Tłuszcz: 62.01 g; Kw.ł.nas.ogółem: 4.35 g; Węglowodany ogółem: 318.8 g; suma cukrów prostych: 52.74 g; Błonnik pokarmowy: 18.51 g; Sól: 4.58 g; WW: 30.28 Por; Cholesterol: 142.98 mg;

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (GLU), chleb razowy 50g 50 g (GLU), margaryna 15 g , wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml (SEL), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g (GLU, SEL), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , .kompot z porzeczki czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (GLU), chleb razowy 50g 50 g (GLU), margaryna 15 g , pasta z ryby wędzonej 100 g (JAJ, RYB), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (GLU), margaryna 5g 5 g , miód 2 szt. 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2251.62 kcal; Białko ogółem: 73.84 g; Tłuszcz: 72.31 g; Kw.ł.nas.ogółem: 5.69 g; Węglowodany ogółem: 334.31 g; suma cukrów prostych: 23.55 g; Błonnik pokarmowy: 39.63 g; Sól: 7.66 g; WW: 29.63 Por; Cholesterol: 103.02 mg;

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 Por , ogórek świeży 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , waflę ryżowe 40 g ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g (MLE), woda n/g 0,5L 1 szt ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,			
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,		Posiłek nocny: płatki owsiane na wodzie 200 ml (GLU), Mus z jabłek b/c 150 g ,			

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

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (MLE), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml (SEL), Gryczotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g (SEL), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , .kompot z porzeczki czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (MLE), pasta z ryby wędzonej 100 g (JAJ, RYB), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 5 g (MLE), miód 2 szt. 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2240.43 kcal; Białko ogółem: 81.94 g; Tłuszcz: 100.97 g; Kw.ł.nas.ogółem: 26.09 g; Węglowodany ogółem: 247.81 g; suma cukrów prostych: 16.34 g; Błonnik pokarmowy: 11.99 g; Sól: 3.76 g; WW: 23.57 Por; Cholesterol: 226 mg;

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml (SEL), Gryczotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g (SEL), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , .kompot z porzeczki czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , pasta z ryby wędzonej 100 g (JAJ, RYB), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , miód 2 szt. 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2204.25 kcal; Białko ogółem: 81.74 g; Tłuszcz: 97.69 g; Kw.ł.nas.ogółem: 5.12 g; Węglowodany ogółem: 247.79 g; suma cukrów prostych: 16.11 g; Błonnik pokarmowy: 11.99 g; Sól: 3.76 g; WW: 23.57 Por; Cholesterol: 130.92 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-17			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>), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml (<u>SEL</u>), Gryczotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g (<u>SEL</u>), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2192.39 kcal; Białko ogółem: 84.8 g; Tłuszcz: 105.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.97 g; Węglowodany ogółem: 223.43 g; suma cukrów prostych: 26.23 g; Błonnik pokarmowy: 15.46 g; Sól: 6.08 g; WW: 20.76 Por; Cholesterol: 238.4 mg;

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml (<u>SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g (<u>GLU, SEL</u>), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 5g 5 g , sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 5g 5 g , sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2140.88 kcal; Białko ogółem: 75.97 g; Tłuszcz: 75.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.6 g; Węglowodany ogółem: 298.06 g; suma cukrów prostych: 36.69 g; Błonnik pokarmowy: 42.9 g; Sól: 10.32 g; WW: 25.6 Por; Cholesterol: 104.92 mg;

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami - dieta b/glu b/ml 400 ml (<u>SEL</u>), Gryczotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g (<u>SEL</u>), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB</u>), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2237.71 kcal; Białko ogółem: 86.97 g; Tłuszcz: 105.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.26 g; Węglowodany ogółem: 234.82 g; suma cukrów prostych: 25.97 g; Błonnik pokarmowy: 15.46 g; Sól: 6.08 g; WW: 21.91 Por; Cholesterol: 130.92 mg;

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: Dna moczaniowa		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 20 g , ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u>), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie 300 g (<u>GLU, SEL</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: rogal 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2428.97 kcal; Białko ogółem: 68.05 g; Tłuszcz: 80.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.32 g; Węglowodany ogółem: 364.83 g; suma cukrów prostych: 32.57 g; Błonnik pokarmowy: 44.26 g; Sól: 8.12 g; WW: 32.05 Por; Cholesterol: 147.35 mg;

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), szpinak gotowany -dieta 130 g (<u>GLU</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 50 g (<u>RYB, SEL</u>), dynia 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.: 2091.72 kcal; Białko ogółem: 51.47 g; Tłuszcz: 86.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.58 g; Węglowodany ogółem: 264.25 g; suma cukrów prostych: 16.01 g; Błonnik pokarmowy: 11.76 g; Sól: 4.27 g; WW: 25.27 Por; Cholesterol: 265.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u>), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	dyniowa z ziemniakami b/mleka - dieta 300 ml (<u>GLU</u> , <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> , <u>MLE</u>), cukinia gotowana 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), jablko pieczone 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,			
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g, marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml, chrupki kukurydziane 80 g (<u>OZI</u> , <u>ORZ</u>),			

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

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	dyniowa z ziemniakami - dieta 300 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż biały na sypko 100 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), cukinia gotowana 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	makaron z białym serem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Mus z jabłek b/c 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,			
II Śniadanie: kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), Mus z truskawek 200 g,		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g, chrupki kukurydziane 80 g (<u>OZI</u> , <u>ORZ</u>),			

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

poniedziałek 2024-06-17			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, .sos mięsny 150 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	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.: 1571.9 kcal; Białko ogółem: 49.38 g; Tłuszcz: 34.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.11 g; Węglowodany ogółem: 269.79 g; suma cukrów prostych: 12.12 g; Błonnik pokarmowy: 19.12 g; Sól: 3.86 g; WW: 25.16 Por; Cholesterol: 25.58 mg;

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
makaron drobny na mleku ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), omelet na słoniu ots 150 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), podsmażona papryka z cebulą ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	krupnik z ziemniakami ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki gotowane z tłuszczem ots 200 g (<u>MLE</u>), Ryba gotowana ots 150 g (<u>RYB</u>), sos pietruszkowy ots 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), fasolka szparagowa z bułką tartą ots 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), wędlina pakow. hermet. 100g ots 1 szt, sałatka jarzynowa ots 200 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 250 ml,			
		Posiłek nocny: Kasza manna na mleku z truskawką ots 300 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), biszkopty 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3079.16 kcal; Białko ogółem: 136.45 g; Tłuszcz: 132.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.59 g; Węglowodany ogółem: 348 g; suma cukrów prostych: 69.3 g; Błonnik pokarmowy: 28.26 g; Sól: 4.88 g; WW: 32.24 Por; Cholesterol: 841.91 mg;

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
makaron drobny na mleku ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), omelet na słoniu ots 150 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), podsmażona papryka z cebulą ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	krupnik z ziemniakami ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki gotowane z tłuszczem ots 200 g (<u>MLE</u>), Ryba gotowana ots 150 g (<u>RYB</u>), sos pietruszkowy ots 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), fasolka szparagowa z bułką tartą ots 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), wędlina pakow. hermet. 100g ots 1 szt, sałatka jarzynowa ots 200 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, sok pomidorowy 300 ml ots 1 szt,			
		Posiłek nocny: serek homo naturalny - ots 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2844.28 kcal; Białko ogółem: 144.15 g; Tłuszcz: 139.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.03 g; Węglowodany ogółem: 275.73 g; suma cukrów prostych: 42.49 g; Błonnik pokarmowy: 28.78 g; Sól: 6.27 g; WW: 24.98 Por; Cholesterol: 816.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-17 Jadłospis dla diety: Ścista dla matek po cesarskim cięciu		
chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g ,	chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , .sos mięsny 150 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 964.74 kcal; Białko ogółem: 56.1 g; Tłuszcz: 42.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.87 g; Węglowodany ogółem: 92.9 g; suma cukrów prostych: 2.63 g; Błonnik pokarmowy: 5.02 g; Sól: 4.78 g; WW: 8.87 Por; Cholesterol: 99.98 mg;

poniedziałek 2024-06-17 Jadłospis dla diety: Ścista 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 , .sos mięsny 150 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	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.: 1306.44 kcal; Białko ogółem: 41.03 g; Tłuszcz: 25.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.44 g; Węglowodany ogółem: 228.64 g; suma cukrów prostych: 1.99 g; Błonnik pokarmowy: 9.88 g; Sól: 3.33 g; WW: 21.91 Por; Cholesterol: 25.58 mg;

poniedziałek 2024-06-17 Jadłospis dla diety: Ścista 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 , .sos mięsny 150 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	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.: 1568.58 kcal; Białko ogółem: 48.14 g; Tłuszcz: 26.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.56 g; Węglowodany ogółem: 283.84 g; suma cukrów prostych: 2.05 g; Błonnik pokarmowy: 11.56 g; Sól: 3.63 g; WW: 27.22 Por; Cholesterol: 25.58 mg;

poniedziałek 2024-06-17 Jadłospis dla diety: Ścista 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 , .sos mięsny 150 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	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.: 1512.78 kcal; Białko ogółem: 52.23 g; Tłuszcz: 33.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.28 g; Węglowodany ogółem: 252.28 g; suma cukrów prostych: 7.32 g; Błonnik pokarmowy: 13.84 g; Sól: 4.16 g; WW: 23.92 Por; Cholesterol: 94.63 mg;

poniedziałek 2024-06-17 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>), .sos mięsny 150 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</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.: 1171.73 kcal; Białko ogółem: 70.71 g; Tłuszcz: 49.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.27 g; Węglowodany ogółem: 123.98 g; suma cukrów prostych: 52.36 g; Błonnik pokarmowy: 6.64 g; Sól: 5.25 g; WW: 11.72 Por; Cholesterol: 181.29 mg;

poniedziałek 2024-06-17 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. 10g (<u>MLE</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,	grysikowa z ziemniakami - dieta 300 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy b/ml 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), marchewka gotowana 150 g , .sos mięsny 150 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>),	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10g (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g , wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), kakao 30g ,		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2296.18 kcal; Białko ogółem: 83.67 g; Tłuszcz: 73.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.76 g; Węglowodany ogółem: 244.32 g; suma cukrów prostych: 46.57 g; Błonnik pokarmowy: 35.9 g; Sól: 6 g; WW: 21.01 Por; Cholesterol: 259.77 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 Por (<u>GLU</u> ,), brokuł gotowany 100 g ,	wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,			
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,			

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

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> ,), twarożek 100 g (<u>MLE</u> ,), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g (<u>MLE</u> ,), woda n/g 0,5L 1 szt ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,			
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u> ,),			

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

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,				

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 893.78 kcal; Białko ogółem: 35.28 g; Tłuszcz: 24.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.13 g; Węglowodany ogółem: 127.78 g; suma cukrów prostych: 12.75 g; Błonnik pokarmowy: 15.41 g; Sól: 1 g; WW: 11.19 Por; Cholesterol: 79.9 mg;

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u> ,), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u> ,), wędlina 50 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</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 z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> ,), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u> ,),		Posiłek nocny: rogal 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2507.42 kcal; Białko ogółem: 93.24 g; Tłuszcz: 76.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.7 g; Węglowodany ogółem: 359.79 g; suma cukrów prostych: 48.53 g; Błonnik pokarmowy: 24.34 g; Sól: 7.56 g; WW: 33.7 Por; Cholesterol: 210.18 mg;

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej		
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u> ,), paszтет zapiekany 60 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,), sałata zielona 20 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u> ,), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u> ,), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ,), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u> ,),		Posiłek nocny: rogal 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,), miód 2 szt. 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2507.62 kcal; Białko ogółem: 80.62 g; Tłuszcz: 85.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.28 g; Węglowodany ogółem: 360.46 g; suma cukrów prostych: 47.1 g; Błonnik pokarmowy: 39.14 g; Sól: 9.61 g; WW: 32.25 Por; Cholesterol: 291.75 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-17			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 jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 20 g , ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.barszcz czerwony b/glut, b/ml 400 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie 300 g (<u>GLU, SEL</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB</u>), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: rogal 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2167.75 kcal; Białko ogółem: 55.61 g; Tłuszcz: 76.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.56 g; Węglowodany ogółem: 331.36 g; suma cukrów prostych: 31.11 g; Błonnik pokarmowy: 39.41 g; Sól: 11.33 g; WW: 29.24 Por; Cholesterol: 123.8 mg;

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami - dieta b/glu b/ml jarska 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g (<u>GLU, SEL</u>), brokuł gotowany 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , hummus 130 g (<u>SEZ</u>), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2253.61 kcal; Białko ogółem: 55.82 g; Tłuszcz: 90.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.71 g; Węglowodany ogółem: 304.66 g; suma cukrów prostych: 47.93 g; Błonnik pokarmowy: 39.35 g; Sól: 6.25 g; WW: 26.63 Por; Cholesterol: 1 mg;

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , dżem owocowy 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g (<u>GLU, SEL</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE</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 z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: rogal 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2611.45 kcal; Białko ogółem: 93.15 g; Tłuszcz: 79.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.86 g; Węglowodany ogółem: 379.25 g; suma cukrów prostych: 66.91 g; Błonnik pokarmowy: 25.16 g; Sól: 7.65 g; WW: 35.55 Por; Cholesterol: 210.18 mg;

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g (<u>GLU, SEL</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),	Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2433.66 kcal; Białko ogółem: 99.14 g; Tłuszcz: 85.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.96 g; Węglowodany ogółem: 315.38 g; suma cukrów prostych: 54.65 g; Błonnik pokarmowy: 41.01 g; Sól: 9.72 g; WW: 27.5 Por; Cholesterol: 227.35 mg;

poniedziałek 2024-06-17			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasztet zapiekany 60 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR</u>), Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią 400 g (<u>GLU, SEL</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby wędzonej 100 g (<u>JAJ, RYB</u>), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: rogal 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2848.36 kcal; Białko ogółem: 97.63 g; Tłuszcz: 96.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.93 g; Węglowodany ogółem: 408.36 g; suma cukrów prostych: 55.03 g; Błonnik pokarmowy: 47.25 g; Sól: 11.64 g; WW: 36.25 Por; Cholesterol: 310.75 mg;