

Jadłospisy dla oddziałów

USK 1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (GLU,), chleb razowy 50g 50 g (GLU,), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (MLE,), serek do smarowania 80 g (MLE,), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z brukselki z ziemniakami 400 ml (GLU, MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , filet z ryby smażony 100 g (GLU, JAJ, RYB,), surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (GLU,), chleb razowy 50g 50 g (GLU,), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (MLE,), jajko gotowane 50 g (JAJ,), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g (GLU, MLE,), masło 82% tł. 10 g (MLE,),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2459.84 kcal; Białko ogółem: 97.72 g; Tłuszcz: 103.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.88 g; Węglowodany ogółem: 301.98 g; suma cukrów prostych: 30.25 g; Błonnik pokarmowy: 38.75 g; Sól: 6.17 g; WW: 26.54 Por; Cholesterol: 552.65 mg;

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
makaron drobny na mleku 300 g (GLU, JAJ, MLE,), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (GLU,), chleb razowy 50g 50 g (GLU,), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (MLE,), serek do smarowania smakowy 80 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z brukselki z ziemniakami 400 ml (GLU, MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , filet z ryby smażony 100 g (GLU, JAJ, RYB,), surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (GLU,), chleb razowy 50g 50 g (GLU,), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (MLE,), jajko gotowane 2 szt. 100 g (JAJ,), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g (GLU, MLE,), masło 82% tł. 10 g (MLE,), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 3016.91 kcal; Białko ogółem: 118.43 g; Tłuszcz: 137 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38 g; Węglowodany ogółem: 344.72 g; suma cukrów prostych: 43.06 g; Błonnik pokarmowy: 40.51 g; Sól: 5.93 g; WW: 30.69 Por; Cholesterol: 760.02 mg;

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120g 120 g (GLU,), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (MLE,), serek do smarowania 80 g (MLE,), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml (GLU, MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g (GLU, JAJ, RYB,), surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos cytrynowy 100 ml (GLU, MLE,),	chleb razowy 120g 120 g (GLU,), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (MLE,), jajko gotowane 50 g (JAJ,), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (MLE,),		Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g (GLU, MLE,), masło 82% tł. 10 g (MLE,),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2047.99 kcal; Białko ogółem: 92.1 g; Tłuszcz: 67.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.59 g; Węglowodany ogółem: 272.39 g; suma cukrów prostych: 30.37 g; Błonnik pokarmowy: 30.33 g; Sól: 5.89 g; WW: 24.37 Por; Cholesterol: 520.11 mg;

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)		
chleb razowy 50g 50 g (GLU,), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (GLU,), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (MLE,), serek do smarowania 80 g (MLE,), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z brukselki z ziemniakami 400 ml (GLU, MLE, SEL,), ziemniaki gotowane 200 g , filet z ryby smażony 100 g (GLU, JAJ, RYB,), surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (GLU,), chleb razowy 50g 50 g (GLU,), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (MLE,), jajko gotowane 50 g (JAJ,), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g (GLU, MLE,), masło 82% tł. 10 g (MLE,),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2595.84 kcal; Białko ogółem: 100.32 g; Tłuszcz: 102.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.66 g; Węglowodany ogółem: 330.78 g; suma cukrów prostych: 51.05 g; Błonnik pokarmowy: 27.35 g; Sól: 6.02 g; WW: 30.44 Por; Cholesterol: 552.65 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z brukselki z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z ryby smażyony 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), warzywa po grecku 130 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: Kisziel z czarnej porzeczki z/c 250 ml ,		Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2895.42 kcal; Białko ogółem: 113.64 g; Tłuszcz: 112.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.97 g; Węglowodany ogółem: 367.8 g; suma cukrów prostych: 51.66 g; Błonnik pokarmowy: 36.44 g; Sól: 6.71 g; WW: 33.24 Por; Cholesterol: 572.65 mg;

piątek 2024-06-21 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>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z brukselki z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z ryby smażyony 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), warzywa po grecku 130 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2567.72 kcal; Białko ogółem: 101.36 g; Tłuszcz: 97.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.37 g; Węglowodany ogółem: 330.59 g; suma cukrów prostych: 49.26 g; Błonnik pokarmowy: 25.34 g; Sól: 6.1 g; WW: 30.58 Por; Cholesterol: 552.65 mg;

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), warzywa po grecku 130 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2272.37 kcal; Białko ogółem: 102.34 g; Tłuszcz: 71.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.98 g; Węglowodany ogółem: 308.74 g; suma cukrów prostych: 33.17 g; Błonnik pokarmowy: 15.19 g; Sól: 5.9 g; WW: 29.56 Por; Cholesterol: 558.36 mg;

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), warzywa po grecku 130 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2362.37 kcal; Białko ogółem: 102.74 g; Tłuszcz: 71.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.02 g; Węglowodany ogółem: 330.54 g; suma cukrów prostych: 54.37 g; Błonnik pokarmowy: 15.59 g; Sól: 5.91 g; WW: 31.66 Por; Cholesterol: 558.36 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-06-21 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>), pasta z mięsa drob i warzyw 100 g (<u>SEL</u>), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z brukselki z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml ,	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2284.65 kcal; Białko ogółem: 110.79 g; Tłuszcz: 89.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.92 g; Węglowodany ogółem: 268.72 g; suma cukrów prostych: 31.59 g; Błonnik pokarmowy: 39.94 g; Sól: 7.88 g; WW: 23.05 Por; Cholesterol: 813.12 mg;

piątek 2024-06-21 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>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), pasta z mięsa drob i warzyw 100 g (<u>SEL</u>), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z brukselki z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), warzywa po grecku 130 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: papryka świeża 100 g ,		Posiłek nocny: Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), ogórek świeży 100 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1830.63 kcal; Białko ogółem: 104.03 g; Tłuszcz: 61.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.22 g; Węglowodany ogółem: 228.54 g; suma cukrów prostych: 23.5 g; Błonnik pokarmowy: 31.76 g; Sól: 4.99 g; WW: 19.84 Por; Cholesterol: 752.19 mg;

piątek 2024-06-21 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 mięsa drob i warzyw 100 g (<u>SEL</u>), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z brukselki z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	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 , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , arbuż 200 g ,		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>), ogórek kiszony 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2416.41 kcal; Białko ogółem: 108.88 g; Tłuszcz: 92.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.01 g; Węglowodany ogółem: 307.11 g; suma cukrów prostych: 56.94 g; Błonnik pokarmowy: 41.12 g; Sól: 7.08 g; WW: 26.63 Por; Cholesterol: 373.07 mg;

piątek 2024-06-21 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 mięsa drob i warzyw 100 g (<u>SEL</u>), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z brukselki z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), surówka z kiszzonej kap. 130 g , sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 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>), ogórek kiszony 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1934.82 kcal; Białko ogółem: 93.4 g; Tłuszcz: 63.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.84 g; Węglowodany ogółem: 256.49 g; suma cukrów prostych: 23.71 g; Błonnik pokarmowy: 36.64 g; Sól: 5.89 g; WW: 22.07 Por; Cholesterol: 224.49 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (<u>MLE</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	zupa z brukselki z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml ,	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2638.25 kcal; Białko ogółem: 142.32 g; Tłuszcz: 95.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.1 g; Węglowodany ogółem: 311.68 g; suma cukrów prostych: 43.89 g; Błonnik pokarmowy: 40.21 g; Sól: 8.56 g; WW: 27.36 Por; Cholesterol: 887.01 mg;

piątek 2024-06-21 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 mięsa drob i warzyw 100 g (<u>SEL</u>), włoszczyzna kostka gotowana 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), warzywa po grecku 130 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pasta jarzynowa 50 g (<u>SEL</u>), 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>), kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), skyr naturalny 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2048.57 kcal; Białko ogółem: 106.81 g; Tłuszcz: 54.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.76 g; Węglowodany ogółem: 275.95 g; suma cukrów prostych: 9.34 g; Błonnik pokarmowy: 15.36 g; Sól: 5.09 g; WW: 26.17 Por; Cholesterol: 221.1 mg;

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob i warzyw 100 g (<u>SEL</u>), włoszczyzna kostka gotowana 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), warzywa po grecku 130 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , pasta jarzynowa 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sok pomidorowy 300 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2130.97 kcal; Białko ogółem: 53.43 g; Tłuszcz: 83.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.48 g; Węglowodany ogółem: 277.13 g; suma cukrów prostych: 15.57 g; Błonnik pokarmowy: 9.36 g; Sól: 2.51 g; WW: 26.76 Por; Cholesterol: 259.15 mg;

piątek 2024-06-21 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 mięsa drob i warzyw 100 g (<u>SEL</u>), włoszczyzna kostka gotowana 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), warzywa po grecku 130 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pasta jarzynowa 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki z/c 250 ml ,		Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), dżem owocowy 25 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2112.5 kcal; Białko ogółem: 83.61 g; Tłuszcz: 52.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.42 g; Węglowodany ogółem: 328.34 g; suma cukrów prostych: 57.7 g; Błonnik pokarmowy: 15.64 g; Sól: 4.95 g; WW: 31.35 Por; Cholesterol: 216.7 mg;

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob i warzyw 100 g (<u>SEL</u>), włoszczyzna kostka gotowana 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , szpinak gotowany - dieta 130 g (<u>GLU</u>),	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pasta jarzynowa 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), dżem owocowy 25 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2426.32 kcal; Białko ogółem: 98.3 g; Tłuszcz: 73.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.38 g; Węglowodany ogółem: 346.73 g; suma cukrów prostych: 55.79 g; Błonnik pokarmowy: 16.97 g; Sól: 5.41 g; WW: 33.17 Por; Cholesterol: 272.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-06-21			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)			
makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		zupa z brukselki z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet z ryby smażony 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), surówka z kiszanej kap. 130 g, kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,		chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g, sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),				Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2894.57 kcal; Białko ogółem: 125.36 g; Tłuszcz: 118.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.18 g; Węglowodany ogółem: 339.76 g; suma cukrów prostych: 42.5 g; Błonnik pokarmowy: 38.75 g; Sól: 6.72 g; WW: 30.4 Por; Cholesterol: 850.42 mg;

piątek 2024-06-21			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;

piątek 2024-06-21			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;

piątek 2024-06-21			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona			
makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob i warzyw 100 g (<u>SEL</u>), włoszczyzna kostka gotowana 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml,		zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 250 g, pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), warzywa po grecku 130 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,		Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (<u>SEL</u>), pasta jarzynowa 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml,		
				Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), dżem owocowy 25 g, masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2607.14 kcal; Białko ogółem: 99.61 g; Tłuszcz: 84.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.38 g; Węglowodany ogółem: 363.23 g; suma cukrów prostych: 57.23 g; Błonnik pokarmowy: 15.87 g; Sól: 5.49 g; WW: 34.87 Por; Cholesterol: 324.38 mg;

piątek 2024-06-21			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 kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (<u>SEL</u>), pasta jarzynowa 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml,		zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 250 g, pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), warzywa po grecku 130 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 100 g (<u>SEL</u>), pasta jarzynowa 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml, Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>),		
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),				Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sok pomidorowy 300 ml,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2375.3 kcal; Białko ogółem: 92.44 g; Tłuszcz: 84.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.44 g; Węglowodany ogółem: 305.53 g; suma cukrów prostych: 26.55 g; Błonnik pokarmowy: 19.12 g; Sól: 6.23 g; WW: 28.77 Por; Cholesterol: 296.38 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drob i warzyw 100 g (<u>SEL</u>), ogórek świeży 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z brukselki z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: arbuz 200 g ,		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>), ogórek kiszony 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1791.01 kcal; Białko ogółem: 85.67 g; Tłuszcz: 59.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.72 g; Węglowodany ogółem: 242.73 g; suma cukrów prostych: 28.36 g; Błonnik pokarmowy: 33.67 g; Sól: 5.39 g; WW: 20.95 Por; Cholesterol: 224.09 mg;

piątek 2024-06-21 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 mięsa drob i warzyw 100 g (<u>SEL</u>), ogórek świeży 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z brukselki z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , pomidor 50 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>), ogórek kiszony 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2171.15 kcal; Białko ogółem: 107.39 g; Tłuszcz: 86.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.77 g; Węglowodany ogółem: 257.52 g; suma cukrów prostych: 23.79 g; Błonnik pokarmowy: 36.64 g; Sól: 6.43 g; WW: 22.27 Por; Cholesterol: 813.12 mg;

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob i warzyw 100 g (<u>SEL</u>), włoszczyzna kostka gotowana 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), warzywa po grecku 130 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , pasta jarzynowa 50 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 5g 5 g , miód 2 szt. 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2038.83 kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz: 51.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.49 g; Węglowodany ogółem: 305.35 g; suma cukrów prostych: 29.01 g; Błonnik pokarmowy: 14.09 g; Sól: 4.58 g; WW: 29.33 Por; Cholesterol: 137.64 mg;

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob i warzyw 100 g (<u>SEL</u>), salata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z ryby smażony 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , salata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: arbuz 200 g , chleb razowy 30g 30 g (<u>GLU</u>), margaryna 5g 5 g , miód 25 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2191.19 kcal; Białko ogółem: 92.36 g; Tłuszcz: 78.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.3 g; Węglowodany ogółem: 295.95 g; suma cukrów prostych: 25.41 g; Błonnik pokarmowy: 35.93 g; Sól: 4.74 g; WW: 26.24 Por; Cholesterol: 129.49 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 50 g ,	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez selera) 200 g (<u>GLU</u>), woda n/g 0,5L 1 szt , surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g ,	wafle ryżowe 50 g , margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 Por , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: gruszka 300 g ,		Posiłek nocny: kasza jaglana na wodzie 200 ml , Mus z jabłek b/c 150 g ,

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

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny b/glu 90 g (<u>JAJ, RYB</u>), Sos cytrynowy b/glu b/ml 100 ml , surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 100g 100 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2056.84 kcal; Białko ogółem: 87.29 g; Tłuszcz: 92.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.46 g; Węglowodany ogółem: 226.36 g; suma cukrów prostych: 15.89 g; Błonnik pokarmowy: 8.91 g; Sól: 1.6 g; WW: 21.91 Por; Cholesterol: 268.32 mg;

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drobi i warzyw 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny b/glu 90 g (<u>JAJ, RYB</u>), Sos cytrynowy b/glu b/ml 100 ml , surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , wędlina 100g 100 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 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.: 1940.28 kcal; Białko ogółem: 84.77 g; Tłuszcz: 81.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.9 g; Węglowodany ogółem: 224.99 g; suma cukrów prostych: 13.95 g; Błonnik pokarmowy: 8.91 g; Sól: 1.09 g; WW: 21.78 Por; Cholesterol: 137.64 mg;

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z mięsa drobi i warzyw 100 g (<u>SEL</u>), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny b/glu 90 g (<u>JAJ, RYB</u>), Sos cytrynowy b/glu b/ml 100 ml , surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2116 kcal; Białko ogółem: 89.77 g; Tłuszcz: 99.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.88 g; Węglowodany ogółem: 215.26 g; suma cukrów prostych: 10.93 g; Błonnik pokarmowy: 9.29 g; Sól: 2.14 g; WW: 20.65 Por; Cholesterol: 245.12 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-06-21			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob i warzyw 100 g (<u>SEL</u>), ogórek świeży 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU, JAJ, RYB</u>), Sos cytrynowy b/glu b/ml 100 ml , surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , pomidor 50 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>), margaryna 5g 5 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1991.72 kcal; Białko ogółem: 86.68 g; Tłuszcz: 65.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.22 g; Węglowodany ogółem: 282.46 g; suma cukrów prostych: 32.6 g; Błonnik pokarmowy: 36.36 g; Sól: 8.27 g; WW: 24.78 Por; Cholesterol: 140.54 mg;

piątek 2024-06-21			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drob i warzyw 100 g (<u>SEL</u>), ogórek świeży 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny b/glu 90 g (<u>JAJ, RYB</u>), Sos cytrynowy b/glu b/ml 100 ml , surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , salata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2016.92 kcal; Białko ogółem: 86.53 g; Tłuszcz: 89.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.32 g; Węglowodany ogółem: 226.61 g; suma cukrów prostych: 18.47 g; Błonnik pokarmowy: 12.59 g; Sól: 3.59 g; WW: 21.45 Por; Cholesterol: 137.64 mg;

piątek 2024-06-21			Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), salata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa jarska 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z ryby smażony 100 g (<u>GLU, JAJ, RYB</u>), surówka z kiszzonej kap. 130 g , kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), salata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g (<u>GLU, MLE</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2529.28 kcal; Białko ogółem: 94.86 g; Tłuszcz: 106.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.64 g; Węglowodany ogółem: 312.84 g; suma cukrów prostych: 27.91 g; Błonnik pokarmowy: 35.02 g; Sól: 6.34 g; WW: 28.07 Por; Cholesterol: 807.67 mg;

piątek 2024-06-21			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), jogurt naturalny b/l 1 szt (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU, JAJ</u>), sos koperkowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU</u>), marchewka gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2206.25 kcal; Białko ogółem: 75.88 g; Tłuszcz: 52.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.34 g; Węglowodany ogółem: 279.29 g; suma cukrów prostych: 40.05 g; Błonnik pokarmowy: 33.63 g; Sól: 4.45 g; WW: 24.75 Por; Cholesterol: 212.34 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-06-21			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		pomidorowa z makaronem drobnym- dieta b/ml 300 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , _), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , _), surówka z marchwi i jabłka - dieta 100 g (<u>MLE</u> , _), Herbata czarna b/c 250 ml ,		chleb pszenny krojony 100 g (<u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> , _), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u> , _), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> , _), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u> , _), dynia gotowana 100 g , sałata zielona 8g 8 g ,				Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , kakao proszek 30 g ,	

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

piątek 2024-06-21			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;

piątek 2024-06-21			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
chleb graham 30 g (<u>GLU</u> , _), bułka grahamka 1 szt (<u>GLU</u> , _), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u> , _), parówka drobiowa - ots 80 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , _), ketchup saszetka 2 szt (<u>SEL</u> , _), pomidor b/skóry - ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , makaron drobny na mleku ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , _),		jarzynowa z ziemniakami ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), puree ziemniaczane ots 200 g (<u>MLE</u> , _), Szyzka wieprzowa duszona ots 120 g , kapusta czerwona zasmażana ots 150 g (<u>GLU</u> , _), sos meksykański ots 150 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , _), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml ,		chleb graham 90 g (<u>GLU</u> , _), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u> , _), Gulasz warzywny z ciecierzycą ots 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , _), Herbata czarna b/c 250 ml ,	
				Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c ots 250 g (<u>MLE</u> , _),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2774.82 kcal; Białko ogółem: 111.51 g; Tłuszcz: 121.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.94 g; Węglowodany ogółem: 321.19 g; suma cukrów prostych: 78.44 g; Błonnik pokarmowy: 31.24 g; Sól: 7.14 g; WW: 29.1 Por; Cholesterol: 291.3 mg;

piątek 2024-06-21			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb graham 30 g (<u>GLU</u> , _), bułka grahamka 1 szt (<u>GLU</u> , _), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u> , _), parówka drobiowa - ots 80 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , _), ketchup saszetka 2 szt (<u>SEL</u> , _), pomidor b/skóry - ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , makaron drobny na mleku ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , _),		jarzynowa z ziemniakami ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), puree ziemniaczane ots 200 g (<u>MLE</u> , _), Szyzka wieprzowa duszona ots 120 g , kapusta czerwona zasmażana ots 150 g (<u>GLU</u> , _), sos meksykański ots 150 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , _), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml ,		chleb graham 90 g (<u>GLU</u> , _), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u> , _), Gulasz warzywny z ciecierzycą ots 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , _), Herbata czarna b/c 250 ml ,	
				Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym b/c ots 250 g (<u>MLE</u> , _),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2700.01 kcal; Białko ogółem: 111.51 g; Tłuszcz: 121.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.94 g; Węglowodany ogółem: 302.48 g; suma cukrów prostych: 59.73 g; Błonnik pokarmowy: 31.24 g; Sól: 7.14 g; WW: 27.22 Por; Cholesterol: 291.3 mg;

piątek 2024-06-21			Jadłospis dla diety: Ściśta dla matek po cesarskim cięciu		
chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> , _), wędlina 50 g ,		chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> , _), wędlina 50 g ,		chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> , _), wędlina 50 g ,	

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

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-06-21			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;

piątek 2024-06-21			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;

piątek 2024-06-21			Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),	grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>),			

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

piątek 2024-06-21			Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>),	Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>),			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml (<u>MLE</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

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

piątek 2024-06-21			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-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/ml 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 50 g (<u>JAJ</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), kakao proszek 30 g , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g (<u>OZI</u> , <u>ORZ</u>), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2241.9 kcal; Białko ogółem: 81.77 g; Tłuszcz: 59.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.85 g; Węglowodany ogółem: 269.4 g; suma cukrów prostych: 26.71 g; Błonnik pokarmowy: 27.98 g; Sól: 7.38 g; WW: 24.26 Por; Cholesterol: 445.13 mg;

piątek 2024-06-21			Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 Por (<u>GLU</u>), brokuł gotowany 100 g ,	wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,			
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,			

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

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 250 ml, chleb mieszany psz-żyt. 100 g (<u>GLU</u>),	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g, Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez selera) 200 g (<u>GLU</u>), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g, woda n/g 0,5L 1 szt,	chleb mieszany psz-żyt. 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), filet z indyka gotowany 100 g, brokuł gotowany 100 g, Herbata czarna z/c 250 ml,
II Śniadanie: gruszka 300 g,		Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g, kasza manna na mleku 200 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),

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

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	zupa z brukselki z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet z ryby smażony 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), filet z ryby smażony 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), surówka z kiszzonej kap. 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1094.69 kcal; Białko ogółem: 52.93 g; Tłuszcz: 59.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.36 g; Węglowodany ogółem: 90.59 g; suma cukrów prostych: 10.94 g; Błonnik pokarmowy: 13.21 g; Sól: 1.06 g; WW: 7.78 Por; Cholesterol: 112.43 mg;

piątek 2024-06-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), warzywa po grecku 130 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2351.87 kcal; Białko ogółem: 107.74 g; Tłuszcz: 74.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.98 g; Węglowodany ogółem: 308.74 g; suma cukrów prostych: 33.17 g; Błonnik pokarmowy: 15.19 g; Sól: 5.9 g; WW: 29.56 Por; Cholesterol: 558.36 mg;

piątek 2024-06-21 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>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet z ryby smażony 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), surówka z kiszzonej kap. 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2377.64 kcal; Białko ogółem: 95.5 g; Tłuszcz: 101.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.37 g; Węglowodany ogółem: 275.39 g; suma cukrów prostych: 29.59 g; Błonnik pokarmowy: 30.82 g; Sól: 5.8 g; WW: 24.63 Por; Cholesterol: 543.71 mg;

piątek 2024-06-21 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>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa jarska 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet z ryby smażony 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), surówka z kiszzonej kap. 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2529.28 kcal; Białko ogółem: 94.86 g; Tłuszcz: 106.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.64 g; Węglowodany ogółem: 312.84 g; suma cukrów prostych: 27.91 g; Błonnik pokarmowy: 35.02 g; Sól: 6.34 g; WW: 28.07 Por; Cholesterol: 807.67 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-06-21			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , Herbata czarna z/c 400 ml , hummus 115 g (<u>SEZ</u>), pomidor 100 g ,	.kompot z porzeczek czarnych 250 ml , zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut jarska 400 ml (<u>SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty gotowany 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), gulasz z tofu 250 g (<u>SOJ</u>),	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , salátka z kaszą (vegan) 250 g (<u>GLU</u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2160.81 kcal; Białko ogółem: 47.36 g; Tłuszcz: 76.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.74 g; Węglowodany ogółem: 326.27 g; suma cukrów prostych: 57.7 g; Błonnik pokarmowy: 35.33 g; Sól: 6.92 g; WW: 29.31 Por; Cholesterol: 2.4 mg;

piątek 2024-06-21			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), warzywa po grecku 130 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: Kisziel z czarnej porzeczki z/c 250 ml ,		Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2529.54 kcal; Białko ogółem: 104.79 g; Tłuszcz: 84.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.12 g; Węglowodany ogółem: 338.17 g; suma cukrów prostych: 44.52 g; Błonnik pokarmowy: 14.98 g; Sól: 6.08 g; WW: 32.42 Por; Cholesterol: 570.76 mg;

piątek 2024-06-21			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z brukselki z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z ryby smażony 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), warzywa po grecku 130 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), skyr naturalny 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2639.06 kcal; Białko ogółem: 130.08 g; Tłuszcz: 108.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.2 g; Węglowodany ogółem: 288 g; suma cukrów prostych: 41.06 g; Błonnik pokarmowy: 36.76 g; Sól: 7.5 g; WW: 25.16 Por; Cholesterol: 566.55 mg;

piątek 2024-06-21			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), serek do smarowania 80 g (<u>MLE</u>), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z brukselki z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z ryby smażony 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>), warzywa po grecku 130 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), wędlina 30g 30 g , pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: Kisziel z czarnej porzeczki z/c 250 ml ,		Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2895.42 kcal; Białko ogółem: 113.64 g; Tłuszcz: 112.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.97 g; Węglowodany ogółem: 367.8 g; suma cukrów prostych: 51.66 g; Błonnik pokarmowy: 36.44 g; Sól: 6.71 g; WW: 33.24 Por; Cholesterol: 572.65 mg;