

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>sobota 2024-06-22</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
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> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka konserwowa 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Karczek pieczony 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Sos cygański 150 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), brokuł gotowany 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> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2292.48 kcal; Białko ogółem: 79.28 g; Tłuszcz: 108.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.68 g; Węglowodany ogółem: 267.58 g; suma cukrów prostych: 43.67 g; Błonnik pokarmowy: 37 g; Sól: 7.42 g; WW: 23.24 Por; Cholesterol: 253.75 mg;

<b>sobota 2024-06-22</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka konserwowa 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , Karczek pieczony 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Sos cygański 150 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), brokuł gotowany 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> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2629.34 kcal; Białko ogółem: 97.9 g; Tłuszcz: 120.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.74 g; Węglowodany ogółem: 306.51 g; suma cukrów prostych: 56.54 g; Błonnik pokarmowy: 38.13 g; Sól: 8.25 g; WW: 27.07 Por; Cholesterol: 295.5 mg;

<b>sobota 2024-06-22</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ), Sos cygański 150 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), brokuł gotowany 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 , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g ( <u>SEL</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2308.98 kcal; Białko ogółem: 110.39 g; Tłuszcz: 104.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.3 g; Węglowodany ogółem: 258.43 g; suma cukrów prostych: 50.92 g; Błonnik pokarmowy: 36.65 g; Sól: 5.78 g; WW: 22.37 Por; Cholesterol: 250.03 mg;

<b>sobota 2024-06-22</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
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> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka konserwowa 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ), Sos cygański 150 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> banan 200 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2459.34 kcal; Białko ogółem: 94.03 g; Tłuszcz: 103.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.21 g; Węglowodany ogółem: 299.37 g; suma cukrów prostych: 76.63 g; Błonnik pokarmowy: 30.51 g; Sól: 7.14 g; WW: 27.03 Por; Cholesterol: 252.03 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-06-22			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 16,67g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Karczek pieczony 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Sos cygański 150 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), brokuł gotowany 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> ), wędlina 30g 30 g , ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2816.63 kcal; Białko ogółem: 97.67 g; Tłuszcz: 120.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.84 g; Węglowodany ogółem: 356.61 g; suma cukrów prostych: 89.58 g; Błonnik pokarmowy: 43.76 g; Sól: 10.59 g; WW: 31.54 Por; Cholesterol: 342.75 mg;

sobota 2024-06-22			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 homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ), Sos cygański 150 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: banan 200 g ,		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2282.44 kcal; Białko ogółem: 103.35 g; Tłuszcz: 87.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.7 g; Węglowodany ogółem: 292.12 g; suma cukrów prostych: 80.52 g; Błonnik pokarmowy: 30.06 g; Sól: 5.12 g; WW: 26.43 Por; Cholesterol: 223.33 mg;

sobota 2024-06-22			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> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ), sos własny mięsny 100 ml , sałata z jogurtem 80 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , dynia gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2134.49 kcal; Białko ogółem: 98.15 g; Tłuszcz: 78.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.84 g; Węglowodany ogółem: 267.35 g; suma cukrów prostych: 51.69 g; Błonnik pokarmowy: 17.5 g; Sól: 5.3 g; WW: 25.26 Por; Cholesterol: 246.01 mg;

sobota 2024-06-22			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> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ), sos własny mięsny 100 ml , sałata z jogurtem 80 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , dynia gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: banan 200 g ,		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2211.49 kcal; Białko ogółem: 98.94 g; Tłuszcz: 78.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.21 g; Węglowodany ogółem: 284.65 g; suma cukrów prostych: 85.03 g; Błonnik pokarmowy: 22.58 g; Sól: 5.31 g; WW: 26.52 Por; Cholesterol: 246.01 mg;

sobota 2024-06-22			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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , schab duszony 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ), sos własny mięsny 100 ml , brokuł gotowany 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 , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	Podwieczorek: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g ,	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), hummus 55 g ( <u>SEZ</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2329.85 kcal; Białko ogółem: 102.03 g; Tłuszcz: 104.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.01 g; Węglowodany ogółem: 274.66 g; suma cukrów prostych: 40.53 g; Błonnik pokarmowy: 43.44 g; Sól: 7.57 g; WW: 23.38 Por; Cholesterol: 260.93 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-06-22			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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , schab duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos własny mięsny 100 ml , brokuł gotowany 130 g , 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> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 50 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: sałata zielona 20 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1854.3 kcal; Białko ogółem: 110.28 g; Tłuszcz: 71.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.99 g; Węglowodany ogółem: 219.85 g; suma cukrów prostych: 36.77 g; Błonnik pokarmowy: 35.44 g; Sól: 6.83 g; WW: 18.72 Por; Cholesterol: 710.06 mg;

sobota 2024-06-22			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka konserwowa 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , schab duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos własny mięsny 100 ml , brokuł gotowany 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 , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , sok owocowy 200ml 200 g , gruszka 150 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), hummus 55 g ( <u>SEZ</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2244.92 kcal; Białko ogółem: 105.39 g; Tłuszcz: 93.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.8 g; Węglowodany ogółem: 271.72 g; suma cukrów prostych: 54.86 g; Błonnik pokarmowy: 39.3 g; Sól: 5.76 g; WW: 23.31 Por; Cholesterol: 230.84 mg;

sobota 2024-06-22			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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka konserwowa 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , schab duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos własny mięsny 100 ml , brokuł gotowany 130 g , 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 , rzodkiewka 40g 40 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> ), hummus 55 g ( <u>SEZ</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2043.87 kcal; Białko ogółem: 98.16 g; Tłuszcz: 84.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.21 g; Węglowodany ogółem: 248.95 g; suma cukrów prostych: 37.16 g; Błonnik pokarmowy: 39.66 g; Sól: 7.28 g; WW: 21.13 Por; Cholesterol: 202.55 mg;

sobota 2024-06-22			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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka konserwowa 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , schab duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos własny mięsny 100 ml , brokuł gotowany 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 , rzodkiewka 40g 40 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> ), hummus 55 g ( <u>SEZ</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2589.99 kcal; Białko ogółem: 134.73 g; Tłuszcz: 112.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.72 g; Węglowodany ogółem: 288.55 g; suma cukrów prostych: 49.56 g; Błonnik pokarmowy: 40.49 g; Sól: 7.72 g; WW: 25.06 Por; Cholesterol: 301.83 mg;

sobota 2024-06-22			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Mus z jabłek prażonych 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos własny mięsny 100 ml , szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , dynia gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1965.45 kcal; Białko ogółem: 105.13 g; Tłuszcz: 52.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.02 g; Węglowodany ogółem: 291.16 g; suma cukrów prostych: 63.33 g; Błonnik pokarmowy: 25.35 g; Sól: 6.97 g; WW: 26.87 Por; Cholesterol: 163.31 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-06-22			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), Mus z jabłek prażonych 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos własny mięsny 100 ml , szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , dynia gotowana 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2271.87 kcal; Białko ogółem: 54.84 g; Tłuszcz: 86.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.73 g; Węglowodany ogółem: 311.93 g; suma cukrów prostych: 61.92 g; Błonnik pokarmowy: 17.44 g; Sól: 3.35 g; WW: 29.65 Por; Cholesterol: 234.13 mg;

sobota 2024-06-22			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Mus z jabłek prażonych 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos własny mięsny 100 ml , szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , dynia gotowana 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g , biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2156.72 kcal; Białko ogółem: 102.51 g; Tłuszcz: 53.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.75 g; Węglowodany ogółem: 335.76 g; suma cukrów prostych: 125.83 g; Błonnik pokarmowy: 21.2 g; Sól: 4.1 g; WW: 31.68 Por; Cholesterol: 234.71 mg;

sobota 2024-06-22			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Mus z jabłek prażonych 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , schab duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos własny mięsny 100 ml , szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , dynia gotowana 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2285.3 kcal; Białko ogółem: 108.21 g; Tłuszcz: 75.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.86 g; Węglowodany ogółem: 312.56 g; suma cukrów prostych: 98.37 g; Błonnik pokarmowy: 21 g; Sól: 4.3 g; WW: 29.49 Por; Cholesterol: 243.59 mg;

sobota 2024-06-22			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> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka konserwowa 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Karczek pieczony 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Karczek pieczony 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Sos cygański 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2775.96 kcal; Białko ogółem: 106.99 g; Tłuszcz: 128.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.62 g; Węglowodany ogółem: 316.69 g; suma cukrów prostych: 68.57 g; Błonnik pokarmowy: 41.2 g; Sól: 10.33 g; WW: 27.82 Por; Cholesterol: 321.67 mg;

sobota 2024-06-22			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

sobota 2024-06-22			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;

sobota 2024-06-22			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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Mus z jabłek prażonych 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,		marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos własny mięsny 100 ml , szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,		Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , dynia gotowana 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	
			Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2498.95 kcal; Białko ogółem: 113.23 g; Tłuszcz: 87.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.21 g; Węglowodany ogółem: 334.74 g; suma cukrów prostych: 98.54 g; Błonnik pokarmowy: 21.65 g; Sól: 4.69 g; WW: 31.66 Por; Cholesterol: 306.32 mg;

sobota 2024-06-22			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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Mus z jabłek prażonych 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos własny mięsny 100 ml , szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,		Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , dynia gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2379.7 kcal; Białko ogółem: 108.03 g; Tłuszcz: 89.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.42 g; Węglowodany ogółem: 306.85 g; suma cukrów prostych: 63.44 g; Błonnik pokarmowy: 25.25 g; Sól: 6.79 g; WW: 28.47 Por; Cholesterol: 283.92 mg;

sobota 2024-06-22			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka konserwowa 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , schab duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos własny mięsny 100 ml , brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,		chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			Posiłek nocny: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1766.25 kcal; Białko ogółem: 90.41 g; Tłuszcz: 72.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 214.58 g; suma cukrów prostych: 35.33 g; Błonnik pokarmowy: 34.99 g; Sól: 6.52 g; WW: 18.14 Por; Cholesterol: 201.95 mg;

sobota 2024-06-22			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka konserwowa 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , schab duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos własny mięsny 100 ml , brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,		chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , rzodkiewka 40g 40 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> ), hummus 55 g ( <u>SEZ</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2062.65 kcal; Białko ogółem: 95.26 g; Tłuszcz: 95.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.36 g; Węglowodany ogółem: 231.95 g; suma cukrów prostych: 24.64 g; Błonnik pokarmowy: 36.06 g; Sól: 4.94 g; WW: 19.75 Por; Cholesterol: 235.63 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-06-22		Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna	
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g ( <u>SEL</u> ), Mus z jabłek prażonych 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .schab duszony b/glu b/ml 80 g , sos własny mięsny b/glu b/ml 100 ml , szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , dynia gotowana 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ),	
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2158.66 kcal; Białko ogółem: 100.59 g; Tłuszcz: 72.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 10.48 g; Węglowodany ogółem: 284.08 g; suma cukrów prostych: 88.36 g; Błonnik pokarmowy: 20.27 g; Sól: 4.37 g; WW: 26.68 Por; Cholesterol: 624.96 mg;

sobota 2024-06-22		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA	
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka konserwowa 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Karczek pieczony 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Sos cygański 150 ml ( <u>GLU SEL</u> ), brokuł gotowany 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> ), wędlina 30g 30 g , ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2130.86 kcal; Białko ogółem: 79.09 g; Tłuszcz: 93.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.87 g; Węglowodany ogółem: 258.95 g; suma cukrów prostych: 43.47 g; Błonnik pokarmowy: 36.97 g; Sól: 6.27 g; WW: 22.37 Por; Cholesterol: 149.96 mg;

sobota 2024-06-22		Jadłospis dla diety: Atopowa	
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	kрупnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g ( <u>GLU</u> ), Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atopowa 240 g , ziemniaki gotowane 200 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml ( <u>GLU</u> ), brokuł gotowany 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt ,	Zapiekanka z ziemniaków i warzyw - d. atopowa 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	
II Śniadanie: kisiel z jabłek z/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , ryż na wodzie 200 ml ,	

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

sobota 2024-06-22		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN	
chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka konserwowa 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Karczek pieczony 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny b/glu b/ml 100 ml , brokuł gotowany 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 30g 30 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2103.89 kcal; Białko ogółem: 98.65 g; Tłuszcz: 117.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.19 g; Węglowodany ogółem: 182.24 g; suma cukrów prostych: 37.88 g; Błonnik pokarmowy: 12.01 g; Sól: 2.07 g; WW: 17.21 Por; Cholesterol: 772.6 mg;

sobota 2024-06-22		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA	
chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka konserwowa 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , dżem owocowy 25 g ,	marchewkowa z ziemniakami b/glu b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Karczek pieczony 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos własny mięsny b/glu b/ml 100 ml , brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2026.95 kcal; Białko ogółem: 94.58 g; Tłuszcz: 109.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 13.26 g; Węglowodany ogółem: 174.25 g; suma cukrów prostych: 26.44 g; Błonnik pokarmowy: 12.28 g; Sól: 2.1 g; WW: 16.27 Por; Cholesterol: 632.02 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-06-22			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 ( <b>MLE</b> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <b>MLE</b> ), papryka konserwowa 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami b/glu b/ml 400 ml ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 250 g , .schab duszony b/glu b/ml 80 g , sos własny mięsny b/glu b/ml 100 ml , brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), wędlina 50 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <b>SEL</b> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), hummus 55 g ( <b>SEZ</b> ), sałata zielona 8g 8 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2154.11 kcal; Białko ogółem: 97.9 g; Tłuszcz: 117.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.53 g; Węglowodany ogółem: 196.01 g; suma cukrów prostych: 27.14 g; Błonnik pokarmowy: 16.23 g; Sól: 3.57 g; WW: 18.13 Por; Cholesterol: 225.73 mg;

sobota 2024-06-22			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120g 120 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 15 g , Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g ( <b>SEL</b> ), papryka konserwowa 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 250 g , .schab duszony b/glu b/ml 80 g , sos własny mięsny b/glu b/ml 100 ml , brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <b>SEL</b> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 5g 5 g , hummus 55 g ( <b>SEZ</b> ), sałata zielona 8g 8 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1971.87 kcal; Białko ogółem: 87.97 g; Tłuszcz: 81.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.35 g; Węglowodany ogółem: 238.6 g; suma cukrów prostych: 33.16 g; Błonnik pokarmowy: 39.5 g; Sól: 7.24 g; WW: 20.06 Por; Cholesterol: 65.65 mg;

sobota 2024-06-22			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g ( <b>SEL</b> ), papryka konserwowa 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami b/glu b/ml 400 ml ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 250 g , .schab duszony b/glu b/ml 80 g , sos własny mięsny b/glu b/ml 100 ml , brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <b>SEL</b> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , hummus 55 g ( <b>SEZ</b> ), sałata zielona 8g 8 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2049.87 kcal; Białko ogółem: 89.27 g; Tłuszcz: 106.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.48 g; Węglowodany ogółem: 193.88 g; suma cukrów prostych: 23.88 g; Błonnik pokarmowy: 16.3 g; Sól: 3.56 g; WW: 17.85 Por; Cholesterol: 62.75 mg;

sobota 2024-06-22			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 100 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 5 g ( <b>MLE</b> ), pasta z jaj z kop. b/ml - dieta 100 g ( <b>JAJ</b> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	marchewkowa z ziemniakami - dieta b/ml 300 ml ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , Mięso drobiowe gotowane 100 g , sos pietruszkowy b/ml 100 ml ( <b>GLU</b> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 100 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 5 g ( <b>MLE</b> ), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <b>MLE</b> ), jogurt naturalny b/l 1 szt ( <b>MLE</b> ), bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 5 g ( <b>MLE</b> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 50 g ( <b>SEL</b> ), kakao proszek 30 g ,			

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

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-06-22			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE, _</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		krupnik z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), Makaron drobnny gotowany 200 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> ), sos boloński z mięsa drob. -dieta 200 ml ( <u>GLU, SEL, _</u> ), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE, _</u> ), marchewka gotowana 100 g ,				Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE, _</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2022.01 kcal; Białko ogółem: 100.45 g; Tłuszcz: 71.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.1 g; Węglowodany ogółem: 247.82 g; suma cukrów prostych: 58.26 g; Błonnik pokarmowy: 30.31 g; Sól: 7.53 g; WW: 21.99 Por; Cholesterol: 719.56 mg;

sobota 2024-06-22			Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, 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, JAJ, SOJ, MLE, _</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,				Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, 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;

sobota 2024-06-22			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
kasza kukurydziana na mleku ots 400 g ( <u>MLE, _</u> ), chleb graham 90 g ( <u>GLU, _</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE, _</u> ), majonez 30 g ( <u>JAJ, _</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ, _</u> ), marchewka gotowana z olejem ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		kalafiorowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), Sos boloński ots 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany ots 200 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> ), fasolka szparagowa z bułką tartą ots 150 g ( <u>GLU, MLE, _</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> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , sok wielowarzywny 300 ml 1 szt ( <u>SEL, _</u> ), galaretka o smaku truskawkowym ots 200 g , Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ, _</u> ),	
				Posiłek nocny: ciasto drożdżowe 100 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ, _</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3241.97 kcal; Białko ogółem: 145.49 g; Tłuszcz: 143.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 49.35 g; Węglowodany ogółem: 351.82 g; suma cukrów prostych: 59.27 g; Błonnik pokarmowy: 30.97 g; Sól: 8.59 g; WW: 32.35 Por; Cholesterol: 1374.35 mg;

sobota 2024-06-22			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
kasza kukurydziana na mleku ots 400 g ( <u>MLE, _</u> ), chleb graham 90 g ( <u>GLU, _</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE, _</u> ), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ, _</u> ), marchewka gotowana z olejem ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , majonez saszetka 30 g ( <u>JAJ, _</u> ),		kalafiorowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany ots 200 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> ), Sos boloński ots 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), fasolka szparagowa z bułką tartą ots 150 g ( <u>GLU, MLE, _</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> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , sok wielowarzywny 300 ml 1 szt ( <u>SEL, _</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ, _</u> ),	
				Posiłek nocny: serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE, _</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3051.57 kcal; Białko ogółem: 154.53 g; Tłuszcz: 149.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 57.3 g; Węglowodany ogółem: 292.42 g; suma cukrów prostych: 54.37 g; Błonnik pokarmowy: 29.5 g; Sól: 8.72 g; WW: 26.63 Por; Cholesterol: 1398.35 mg;

sobota 2024-06-22			Jadłospis dla diety: Ściśła 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

sobota 2024-06-22			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;

sobota 2024-06-22			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;

sobota 2024-06-22			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;

sobota 2024-06-22			Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kasza kukurydzina na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

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

sobota 2024-06-22			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,	grysikowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</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 ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), kakao proszek 30 g ,		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2018.04 kcal; Białko ogółem: 73.46 g; Tłuszcz: 51.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.28 g; Węglowodany ogółem: 234.51 g; suma cukrów prostych: 44.81 g; Błonnik pokarmowy: 34.93 g; Sól: 2.92 g; WW: 20.11 Por; Cholesterol: 209.39 mg;

sobota 2024-06-22			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

sobota 2024-06-22			Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa			
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna z/c 250 ml, chleb mieszany psz-żyt. 100 g ( <u>GLU</u> ),		krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g ( <u>GLU</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atapowa 240 g, brokuł gotowany 150 g, Sos jarzynowy bez selera 100 ml ( <u>GLU</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt,		chleb mieszany psz-żyt. 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 250 ml,		
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),					Posiłek nocny: banan 200 g,	

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

sobota 2024-06-22			Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny			
		marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, Karczek pieczony 90 g ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), Karczek pieczony 90 g ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), Sos cygański 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), brokuł gotowany 200 g, kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,				

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1046.34 kcal; Białko ogółem: 47.22 g; Tłuszcz: 62.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 13.05 g; Węglowodany ogółem: 78.06 g; suma cukrów prostych: 14.72 g; Błonnik pokarmowy: 14.26 g; Sól: 1.98 g; WW: 6.4 Por; Cholesterol: 119.39 mg;

sobota 2024-06-22			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> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sos własny mięsny 100 ml, sałata z jogurtem 80 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, dynia gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),					Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2215.49 kcal; Białko ogółem: 101.15 g; Tłuszcz: 79.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 284.45 g; suma cukrów prostych: 64.29 g; Błonnik pokarmowy: 21.1 g; Sól: 7.64 g; WW: 26.66 Por; Cholesterol: 246.01 mg;

sobota 2024-06-22			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 homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, schab duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), schab duszony 80 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Sos cygański 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczeki 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, rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g ( <u>SEL</u> ),					Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2541.82 kcal; Białko ogółem: 136.68 g; Tłuszcz: 115.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.49 g; Węglowodany ogółem: 265.95 g; suma cukrów prostych: 50.94 g; Błonnik pokarmowy: 36.88 g; Sól: 5.94 g; WW: 23.1 Por; Cholesterol: 296.23 mg;

sobota 2024-06-22			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 homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka konserwowa 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Leczo wegetariańskie 300 g, brokuł gotowany 130 g, kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,		chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
					Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2063.16 kcal; Białko ogółem: 70 g; Tłuszcz: 93.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.71 g; Węglowodany ogółem: 264.16 g; suma cukrów prostych: 52.37 g; Błonnik pokarmowy: 38.07 g; Sól: 5.98 g; WW: 22.86 Por; Cholesterol: 220.63 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-06-22			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z brokołu 100 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.ziemniaczana b/konc. b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki 200 g , Leczo wegetariańskie 300 g , buraczki duszone b/glu b/ml 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: jabłko 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1946.07 kcal; Białko ogółem: 45.61 g; Tłuszcz: 60.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.02 g; Węglowodany ogółem: 324.86 g; suma cukrów prostych: 87.48 g; Błonnik pokarmowy: 49.37 g; Sól: 7.42 g; WW: 27.74 Por; Cholesterol: 1 mg;

sobota 2024-06-22			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> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), Mus z jabłek prażonych 150 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .schab duszony 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ), sos własny mięsny 100 ml , brokuł gotowany 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2754.52 kcal; Białko ogółem: 107.38 g; Tłuszcz: 100.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.17 g; Węglowodany ogółem: 367.29 g; suma cukrów prostych: 126.01 g; Błonnik pokarmowy: 27.58 g; Sól: 7.74 g; WW: 34.21 Por; Cholesterol: 328.28 mg;

sobota 2024-06-22			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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , .schab duszony 80 g ( <u>GLU, MLE</u> ), Sos cygański 150 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), brokuł gotowany 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 , 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.: 2354.77 kcal; Białko ogółem: 115.71 g; Tłuszcz: 98.7 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.51 g; Węglowodany ogółem: 271.09 g; suma cukrów prostych: 57.74 g; Błonnik pokarmowy: 39.29 g; Sól: 8.46 g; WW: 23.38 Por; Cholesterol: 242.33 mg;

sobota 2024-06-22			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
ryż na mleku 300 g ( <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	marchewkowa z ziemniakami 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Karczek pieczony 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), Sos cygański 150 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), brokuł gotowany 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> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2816.63 kcal; Białko ogółem: 97.67 g; Tłuszcz: 120.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.84 g; Węglowodany ogółem: 356.61 g; suma cukrów prostych: 89.58 g; Błonnik pokarmowy: 43.76 g; Sól: 10.59 g; WW: 31.54 Por; Cholesterol: 342.75 mg;