

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-06-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , stek z cebulą 90g/10g 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>_</u> ), surówka z białej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), pasta z jaj z kop. -dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u> ), wędlna 30g 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2308.68 kcal; Białko ogółem: 102.09 g; Tłuszcz: 100.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.78 g; Węglowodany ogółem: 251.77 g; suma cukrów prostych: 28.17 g; Błonnik pokarmowy: 32.44 g; Sól: 6.1 g; WW: 22.25 Por; Cholesterol: 771.2 mg;

<b>niedziela 2024-06-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , stek z cebulą 90g/10g 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>_</u> ), surówka z białej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), pasta z jaj z kop. -dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u> ), wędlna 30g 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2540.02 kcal; Białko ogółem: 113.74 g; Tłuszcz: 107.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.09 g; Węglowodany ogółem: 283.79 g; suma cukrów prostych: 42.89 g; Błonnik pokarmowy: 35.93 g; Sól: 6.38 g; WW: 25.12 Por; Cholesterol: 791.2 mg;

<b>niedziela 2024-06-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , stek z cebulą 90g/10g 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>_</u> ), surówka z białej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), pasta z jaj z kop. -dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u> ), wędlna 30g 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), papryka świeża 100 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2299.3 kcal; Białko ogółem: 101 g; Tłuszcz: 107.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.03 g; Węglowodany ogółem: 234.57 g; suma cukrów prostych: 34.19 g; Błonnik pokarmowy: 32.09 g; Sól: 6.19 g; WW: 20.51 Por; Cholesterol: 797.7 mg;

<b>niedziela 2024-06-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , stek z cebulą 90g/10g 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>_</u> ), surówka z białej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), pasta z jaj z kop. -dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u> ), wędlna 30g 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>_</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2572.68 kcal; Białko ogółem: 108.39 g; Tłuszcz: 104.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.23 g; Węglowodany ogółem: 297.17 g; suma cukrów prostych: 44.52 g; Błonnik pokarmowy: 21.29 g; Sól: 6.31 g; WW: 27.85 Por; Cholesterol: 792.2 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <b>GLU, MLE, _</b> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <b>GLU, _</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU, _</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE, _</b> ), ser żółty 50 g ( <b>MLE, _</b> ), ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR, _</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , stek z cebulą 90g/10g 90 g ( <b>GLU, JAJ, _</b> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <b>GLU, _</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU, _</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE, _</b> ), pasta z jaj z kop. -dieta 100 g ( <b>JAJ, MLE, _</b> ), wędlina 30g 30 g , marchewka gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: herbatniki 50 g ( <b>GLU, SOJ, _</b> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE, _</b> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2722.58 kcal; Białko ogółem: 118.24 g; Tłuszcz: 110.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.61 g; Węglowodany ogółem: 318.26 g; suma cukrów prostych: 56.01 g; Błonnik pokarmowy: 34.47 g; Sól: 12.19 g; WW: 28.67 Por; Cholesterol: 812.2 mg;

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <b>GLU, _</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU, _</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE, _</b> ), ser żółty 50 g ( <b>MLE, _</b> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR, _</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <b>GLU, JAJ, _</b> ), sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, MLE, _</b> ), surówka z białej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <b>GLU, _</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU, _</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE, _</b> ), pasta z jaj z kop. -dieta 100 g ( <b>JAJ, MLE, _</b> ), wędlina 30g 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: herbatniki 50 g ( <b>GLU, SOJ, _</b> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE, _</b> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2477.64 kcal; Białko ogółem: 108.24 g; Tłuszcz: 90.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.24 g; Węglowodany ogółem: 306.97 g; suma cukrów prostych: 45.72 g; Błonnik pokarmowy: 21.6 g; Sól: 6.55 g; WW: 28.8 Por; Cholesterol: 833.56 mg;

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <b>GLU, MLE, _</b> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <b>GLU, _</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE, _</b> ), serek wiejski 200 g ( <b>MLE, _</b> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR, _</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <b>GLU, JAJ, _</b> ), sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, MLE, _</b> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <b>GLU, _</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE, _</b> ), pasta z jaj z kop. -dieta 100 g ( <b>JAJ, MLE, _</b> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE, _</b> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2305.21 kcal; Białko ogółem: 116.98 g; Tłuszcz: 84.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.85 g; Węglowodany ogółem: 265.79 g; suma cukrów prostych: 42.89 g; Błonnik pokarmowy: 16.56 g; Sól: 10.37 g; WW: 25.26 Por; Cholesterol: 826.06 mg;

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <b>GLU, MLE, _</b> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <b>GLU, _</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE, _</b> ), serek wiejski 200 g ( <b>MLE, _</b> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR, _</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <b>GLU, JAJ, _</b> ), sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, MLE, _</b> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <b>GLU, _</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE, _</b> ), pasta z jaj z kop. -dieta 100 g ( <b>JAJ, MLE, _</b> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: herbatniki 50 g ( <b>GLU, SOJ, _</b> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE, _</b> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2523.21 kcal; Białko ogółem: 121.13 g; Tłuszcz: 89.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.56 g; Węglowodany ogółem: 304.19 g; suma cukrów prostych: 59.64 g; Błonnik pokarmowy: 17.21 g; Sól: 10.75 g; WW: 29.06 Por; Cholesterol: 847.06 mg;

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatw przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120g 120 g ( <b>GLU, _</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE, _</b> ), serek wiejski 200 g ( <b>MLE, _</b> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR, _</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <b>GLU, JAJ, _</b> ), sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, MLE, _</b> ), surówka z białej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <b>GLU, _</b> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE, _</b> ), pasta z białek jaj z kop. 100 g ( <b>JAJ, MLE, _</b> ), wędlina 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <b>MLE, _</b> ),	Podwieczorek: chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU, _</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE, _</b> ), ser żółty 30 g ( <b>MLE, _</b> ), ogórek kiszony 50 g ,	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU, _</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE, _</b> ), papryka świeża 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2535.72 kcal; Białko ogółem: 130.49 g; Tłuszcz: 105.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.1 g; Węglowodany ogółem: 282.33 g; suma cukrów prostych: 40.62 g; Błonnik pokarmowy: 37.07 g; Sól: 9.85 g; WW: 24.79 Por; Cholesterol: 1005.71 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-23			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 wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), surówka z białej kapusty 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> ), pasta z białek jaj z kop. 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), wędlina 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: ogórek świeży 100 g ,		Posiłek nocny: papryka świeża 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1968.79 kcal; Białko ogółem: 108.34 g; Tłuszcz: 77.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.96 g; Węglowodany ogółem: 222.12 g; suma cukrów prostych: 31.45 g; Błonnik pokarmowy: 29.08 g; Sól: 6.78 g; WW: 19.6 Por; Cholesterol: 921.81 mg;

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), surówka z białej kapusty 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> ), pasta z białek jaj z kop. 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), wędlina 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), Brzoskwinia 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 30 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2540.71 kcal; Białko ogółem: 120.13 g; Tłuszcz: 99.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.34 g; Węglowodany ogółem: 307.65 g; suma cukrów prostych: 64.19 g; Błonnik pokarmowy: 39.46 g; Sól: 8.34 g; WW: 27.07 Por; Cholesterol: 645.69 mg;

niedziela 2024-06-23			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 wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), surówka z białej kapusty 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> ), pasta z białek jaj z kop. 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), wędlina 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2244.02 kcal; Białko ogółem: 118.05 g; Tłuszcz: 89.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.35 g; Węglowodany ogółem: 255.88 g; suma cukrów prostych: 38.93 g; Błonnik pokarmowy: 32.82 g; Sól: 7.66 g; WW: 22.58 Por; Cholesterol: 959.11 mg;

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), surówka z białej kapusty 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> ), pasta z białek jaj z kop. 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), wędlina 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 50 g ,	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2757.22 kcal; Białko ogółem: 141.97 g; Tłuszcz: 112.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.39 g; Węglowodany ogółem: 311.91 g; suma cukrów prostych: 53.1 g; Błonnik pokarmowy: 38.8 g; Sól: 10.13 g; WW: 27.59 Por; Cholesterol: 1025.71 mg;

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), twaróg krajanka 150 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z białek jaj z kop. 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), pasta jarzynowa 50 g ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2042.87 kcal; Białko ogółem: 120.12 g; Tłuszcz: 56.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 12.08 g; Węglowodany ogółem: 271.65 g; suma cukrów prostych: 26 g; Błonnik pokarmowy: 21.97 g; Sól: 9.44 g; WW: 25.31 Por; Cholesterol: 835.27 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-23			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 50 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , chilli con carne z tofu 300 g ( <u>SOJ</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb PKU 120g 120 g , wędlina 50 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 50 g ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2130.36 kcal; Białko ogółem: 53.42 g; Tłuszcz: 76.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.36 g; Węglowodany ogółem: 314.34 g; suma cukrów prostych: 44.57 g; Błonnik pokarmowy: 27.9 g; Sól: 7.21 g; WW: 28.88 Por; Cholesterol: 140.55 mg;

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenno-krojący 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenno-krojący 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z białek jaj z kop. 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: galaretko o smaku truskawkowym 200 g , herbatniki 30 g ( <u>GLU, SOJ</u> ),		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2169.41 kcal; Białko ogółem: 104.51 g; Tłuszcz: 51.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 11.75 g; Węglowodany ogółem: 318.93 g; suma cukrów prostych: 73.87 g; Błonnik pokarmowy: 21.79 g; Sól: 8.98 g; WW: 30.1 Por; Cholesterol: 844.87 mg;

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
chleb pszenno-krojący 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenno-krojący 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z białek jaj z kop. 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: galaretko o smaku truskawkowym 200 g , herbatniki 30 g ( <u>GLU, SOJ</u> ),		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2169.41 kcal; Białko ogółem: 104.51 g; Tłuszcz: 51.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 11.75 g; Węglowodany ogółem: 318.93 g; suma cukrów prostych: 73.87 g; Błonnik pokarmowy: 21.79 g; Sól: 8.98 g; WW: 30.1 Por; Cholesterol: 844.87 mg;

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, 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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , stek z cebulą 90g/10g 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), surówka z białej kapusty 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> ), pasta z jaj z kop. -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenno-krojący 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 50 g ,		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2821.04 kcal; Białko ogółem: 121.74 g; Tłuszcz: 123.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.75 g; Węglowodany ogółem: 311.26 g; suma cukrów prostych: 42.87 g; Błonnik pokarmowy: 36.24 g; Sól: 7.49 g; WW: 27.86 Por; Cholesterol: 837.75 mg;

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),	płynna - obiad 600 ml ,	płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),			
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),			

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

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ),		papkowata - obiad 650 ml ,		papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ),	
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ),			Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ),		

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

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE, _</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE, _</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE, _</u> ), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,		rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki 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 białek jaj z kop. 100 g ( <u>JAJ, MLE, _</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	
			Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE, _</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2529.65 kcal; Białko ogółem: 111.89 g; Tłuszcz: 86.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.07 g; Węglowodany ogółem: 322.28 g; suma cukrów prostych: 74.18 g; Błonnik pokarmowy: 19.19 g; Sól: 8.76 g; WW: 30.67 Por; Cholesterol: 934.95 mg;

niedziela 2024-06-23			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> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE, _</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL, _</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,		rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki 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 białek jaj z kop. 100 g ( <u>JAJ, MLE, _</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30g 30 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), pasta jarzynowa 50 g ( <u>SEL, _</u> ),			Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2519.89 kcal; Białko ogółem: 108.01 g; Tłuszcz: 102.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.59 g; Węglowodany ogółem: 299.12 g; suma cukrów prostych: 26.26 g; Błonnik pokarmowy: 22.63 g; Sól: 9.21 g; WW: 28 Por; Cholesterol: 942.75 mg;

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE, _</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ), surówka z białej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,		chleb razowy 100 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE, _</u> ), wędlina 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),			Posiłek nocny: Brzoskwinia 150 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1726.7 kcal; Białko ogółem: 87.42 g; Tłuszcz: 60.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.57 g; Węglowodany ogółem: 219.34 g; suma cukrów prostych: 42.58 g; Błonnik pokarmowy: 27.14 g; Sól: 5.71 g; WW: 19.4 Por; Cholesterol: 237.37 mg;

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE, _</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR,</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ), surówka z białej kapusty 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> ), pasta z białek jaj z kop. 100 g ( <u>JAJ, MLE, _</u> ), wędlina 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
			Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), papryka świeża 50 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2154.02 kcal; Białko ogółem: 111.6 g; Tłuszcz: 86.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.56 g; Węglowodany ogółem: 246.58 g; suma cukrów prostych: 32.63 g; Błonnik pokarmowy: 32.82 g; Sól: 7.42 g; WW: 21.68 Por; Cholesterol: 947.11 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: galaretką o smaku truskawkowym 200 g , herbatniki 30 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2134.18 kcal; Białko ogółem: 90.88 g; Tłuszcz: 66.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.74 g; Węglowodany ogółem: 302.62 g; suma cukrów prostych: 64.57 g; Błonnik pokarmowy: 21.22 g; Sól: 8.52 g; WW: 28.49 Por; Cholesterol: 693.63 mg;

niedziela 2024-06-23			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 , wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , stek z cebulą 90g/10g 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), surówka z białej kapusty 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 , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 30g 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: galaretką o smaku truskawkowym 200 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2101.07 kcal; Białko ogółem: 94.95 g; Tłuszcz: 84.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 11.13 g; Węglowodany ogółem: 255.45 g; suma cukrów prostych: 18.83 g; Błonnik pokarmowy: 31.99 g; Sól: 4.67 g; WW: 22.66 Por; Cholesterol: 642.42 mg;

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 Por , ogórek świeży 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,			
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,		Posiłek nocny: płatki owsiane na wodzie 200 ml ( <u>GLU</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g ,			

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

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 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 drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), surówka z białej kapusty 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> ), pasta z jaj z kop. -dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2067.69 kcal; Białko ogółem: 98.99 g; Tłuszcz: 103.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.49 g; Węglowodany ogółem: 180.47 g; suma cukrów prostych: 19.49 g; Błonnik pokarmowy: 8.97 g; Sól: 2.89 g; WW: 17.33 Por; Cholesterol: 826.61 mg;

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z białej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 30g 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml , galaretką o smaku truskawkowym 200 g ,			
		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 30 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1975.24 kcal; Białko ogółem: 93.59 g; Tłuszcz: 90.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.99 g; Węglowodany ogółem: 204.93 g; suma cukrów prostych: 12.17 g; Błonnik pokarmowy: 10.98 g; Sól: 1.45 g; WW: 19.56 Por; Cholesterol: 693.69 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (MLE), ser żółty 50 g (MLE), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml (SEL), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy b/glut 90 g (JAJ), surówka z białej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (MLE), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (JAJ, MLE), wędlina 30g 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (MLE),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (MLE), papryka świeża 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2195.15 kcal; Białko ogółem: 102.83 g; Tłuszcz: 116.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 191.33 g; suma cukrów prostych: 19.26 g; Błonnik pokarmowy: 9.24 g; Sól: 2.95 g; WW: 18.35 Por; Cholesterol: 854.41 mg;

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120g 120 g (GLU), margaryna 15 g , wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g (GLU, JAJ), sos pomidorowy 100 ml (GLU, MLE), surówka z białej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (GLU), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (JAJ), wędlina 30g 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (SEL),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (GLU), margaryna 15 g , papryka świeża 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2076.45 kcal; Białko ogółem: 95.62 g; Tłuszcz: 81.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.13 g; Węglowodany ogółem: 258.55 g; suma cukrów prostych: 39.23 g; Błonnik pokarmowy: 37.15 g; Sól: 7.59 g; WW: 22.46 Por; Cholesterol: 685.68 mg;

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml (SEL), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy b/glut 90 g (JAJ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z białej kapusty 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (JAJ), wędlina 30g 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (SEL),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 10 g , papryka świeża 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2033.6 kcal; Białko ogółem: 94.41 g; Tłuszcz: 102 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.07 g; Węglowodany ogółem: 195.41 g; suma cukrów prostych: 26.43 g; Błonnik pokarmowy: 13.02 g; Sól: 3.78 g; WW: 18.47 Por; Cholesterol: 693.69 mg;

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (GLU), chleb razowy 50g 50 g (GLU), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (MLE), ser żółty 50 g (MLE), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut jarska 400 ml (SEL), ziemniaki gotowane 200 g , chilli con carne z tofu 300 g (SOJ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g (GLU), chleb razowy 50g 50 g (GLU), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g (MLE), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g (JAJ, MLE), pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (MLE),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2078.63 kcal; Białko ogółem: 80.02 g; Tłuszcz: 70.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.13 g; Węglowodany ogółem: 288.44 g; suma cukrów prostych: 37.85 g; Błonnik pokarmowy: 40.67 g; Sól: 5.85 g; WW: 25.13 Por; Cholesterol: 685.33 mg;

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 50g 50 g (GLU), masło 82% tł. 5 g (MLE), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (SEL), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/mleka - dieta 300 ml (GLU, SEL), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (GLU, JAJ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml (GLU, MLE), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 50g 50 g (GLU), masło 82% tł. 5 g (MLE), jajko gotowane 2 szt. 100 g (JAJ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (MLE),		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , chrupki kukurydziane 80 g (OZI, ORZ),			

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

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		dyniowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 100 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		makaron z białym serem 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	
II Śniadanie: kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Mus z truskawek 200 g,				Posiłek nocny: kakao proszek 30 g, chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),	

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

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), kleik ryżowy na wodzie 250 ml,		zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, marchewka gotowana z olejem 100 g, Herbata czarna b/c 200 ml,		kleik ryżowy na wodzie 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,				Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1368.56 kcal; Białko ogółem: 39.24 g; Tłuszcz: 20.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.1 g; Węglowodany ogółem: 260.05 g; suma cukrów prostych: 10.42 g; Błonnik pokarmowy: 18.15 g; Sól: .79 g; WW: 24.27 Por; Cholesterol: 0 mg;

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
ryż na mleku ots 400 g ( <u>MLE</u> ), Naleśniki z serem ots 240 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), jabłko pieczone ots 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		zupa z brukselki z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), puree ziemniaczane ots 200 g ( <u>MLE</u> ), Pulpet drobiowy ots 120 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos ziołowy ots 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), marchew duszona ots 150 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,		chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania OTS 80 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z selera i wędliny ots 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml,	
				Posiłek nocny: Kasza manna na mleku z jabłkiem prażonym ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2685.75 kcal; Białko ogółem: 130.48 g; Tłuszcz: 98.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.67 g; Węglowodany ogółem: 344.37 g; suma cukrów prostych: 109.93 g; Błonnik pokarmowy: 42.51 g; Sól: 4.61 g; WW: 30.45 Por; Cholesterol: 556.83 mg;

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
ryż na mleku ots 400 g ( <u>MLE</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), ser żółty plastry - 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone ots 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		zupa z brukselki z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), puree ziemniaczane ots 200 g ( <u>MLE</u> ), Pulpet drobiowy ots 120 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos ziołowy ots 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), marchew duszona ots 150 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,		chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania OTS 80 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z selera i wędliny ots 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml,	
				Posiłek nocny: chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca ots 100 g ( <u>SEL</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2891.54 kcal; Białko ogółem: 145.93 g; Tłuszcz: 137.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 60.72 g; Węglowodany ogółem: 281.11 g; suma cukrów prostych: 58.71 g; Błonnik pokarmowy: 46.57 g; Sól: 8.58 g; WW: 23.51 Por; Cholesterol: 674.94 mg;

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu		
chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g,		chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g,		chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g,	

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



## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Ścista 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

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

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Ścista 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
grycikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grycikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grycikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 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;

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Ścista 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
grycikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grycikowa 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 ,	grycikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 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;

niedziela 2024-06-23			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;

niedziela 2024-06-23			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 ,	grycikowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>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;

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 Por ( <u>GLU</u> ), brokuł gotowany 100 g ,	wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,			
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,			

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

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,		Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt ,		risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,				Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),	

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

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
		rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , stek z cebulą 90g/10g 90 g ( <u>GLU, JAJ, </u> ), stek z cebulą 90g/10g 90 g ( <u>GLU, JAJ, </u> ), surówka z białej kapusty 130 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1108 kcal; Białko ogółem: 53.52 g; Tłuszcz: 65.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.65 g; Węglowodany ogółem: 76.79 g; suma cukrów prostych: 9.51 g; Błonnik pokarmowy: 6.34 g; Sól: 1 g; WW: 7.12 Por; Cholesterol: 155.19 mg;

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), cukinia gotowana 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> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: herbatniki 50 g ( <u>GLU, SOJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,				Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2523.21 kcal; Białko ogółem: 121.13 g; Tłuszcz: 89.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.56 g; Węglowodany ogółem: 304.19 g; suma cukrów prostych: 59.64 g; Błonnik pokarmowy: 17.21 g; Sól: 10.75 g; WW: 29.06 Por; Cholesterol: 847.06 mg;

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut jarska 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , chilli con carne z tofu 300 g ( <u>SOJ</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,		chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
				Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2078.63 kcal; Białko ogółem: 80.02 g; Tłuszcz: 70.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.13 g; Węglowodany ogółem: 288.44 g; suma cukrów prostych: 37.85 g; Błonnik pokarmowy: 40.67 g; Sól: 5.85 g; WW: 25.13 Por; Cholesterol: 685.33 mg;

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Herbata czarna z/c 400 ml , pasztet sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ), papryka świeża 70 g , sałata zielona 8g 8 g ,		zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut jarska 400 ml ( <u>SEL</u> ), chilli con carne z tofu 300 g ( <u>SOJ</u> ), .ryż 200 g , .kompot z porzeczki czarnych 250 ml ,		chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Herbata czarna z/c 400 ml , .pasta z soczewicy 80 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 100 g ,	
				Posiłek nocny: gruszka 150 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2203.27 kcal; Białko ogółem: 63.91 g; Tłuszcz: 67.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.95 g; Węglowodany ogółem: 352.12 g; suma cukrów prostych: 55.35 g; Błonnik pokarmowy: 43.89 g; Sól: 5.22 g; WW: 30.97 Por; Cholesterol: 2.4 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> , _), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> , _), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , _), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _), cukinia gotowana 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> , _), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , _), wędlina 30g 30 g , marchewka gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , _), Herbata czarna b/c 400 ml ,		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> , _),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2580.24 kcal; Białko ogółem: 116.59 g; Tłuszcz: 92.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.22 g; Węglowodany ogółem: 316.18 g; suma cukrów prostych: 70.91 g; Błonnik pokarmowy: 17.76 g; Sól: 10.04 g; WW: 30.15 Por; Cholesterol: 852.56 mg;

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _), chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> , _), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> , _), ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , _), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _), cukinia gotowana 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> , _), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , _), wędlina 30g 30 g , marchewka gotowana 50 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> , _), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> , _),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , _),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2537.74 kcal; Białko ogółem: 120.54 g; Tłuszcz: 105.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.8 g; Węglowodany ogółem: 292.25 g; suma cukrów prostych: 54.7 g; Błonnik pokarmowy: 37.08 g; Sól: 15.31 g; WW: 25.73 Por; Cholesterol: 884.01 mg;

niedziela 2024-06-23			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _), chleb mieszany psz.-żyłt. 70 70 g ( <u>GLU</u> , _), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> , _), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> , _), ogórek kiszony 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , stek z cebulą 90g/10g 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , _), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żyłt. 70 70 g ( <u>GLU</u> , _), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> , _), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , _), wędlina 30g 30 g , marchewka gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , _), Herbata czarna b/c 400 ml ,		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> , _),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2722.58 kcal; Białko ogółem: 118.24 g; Tłuszcz: 110.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.61 g; Węglowodany ogółem: 318.26 g; suma cukrów prostych: 56.01 g; Błonnik pokarmowy: 34.47 g; Sól: 12.19 g; WW: 28.67 Por; Cholesterol: 812.2 mg;