

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-06-24</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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	chlodnik 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , Gulasz wieprzowy z szynki 200 g ( <u>GLU</u> ), fasolka szparagowa gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka wykwinтна 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2291.76 kcal; Białko ogółem: 103.32 g; Tłuszcz: 81.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.51 g; Węglowodany ogółem: 302.86 g; suma cukrów prostych: 34.22 g; Błonnik pokarmowy: 41.72 g; Sól: 7.59 g; WW: 26.35 Por; Cholesterol: 255.98 mg;

<b>poniedziałek 2024-06-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g , pomidor 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	chlodnik 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 250 g , Gulasz wieprzowy z szynki 200 g ( <u>GLU</u> ), fasolka szparagowa gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka wykwinтна 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2871.54 kcal; Białko ogółem: 115.32 g; Tłuszcz: 112.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.46 g; Węglowodany ogółem: 365.44 g; suma cukrów prostych: 45.32 g; Błonnik pokarmowy: 43.32 g; Sól: 7.23 g; WW: 32.43 Por; Cholesterol: 185.58 mg;

<b>poniedziałek 2024-06-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	chlodnik 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , Gulasz wieprzowy z szynki 200 g ( <u>GLU</u> ), fasolka szparagowa gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka wykwinтна 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2371.26 kcal; Białko ogółem: 108.72 g; Tłuszcz: 83.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.51 g; Węglowodany ogółem: 302.86 g; suma cukrów prostych: 34.22 g; Błonnik pokarmowy: 41.72 g; Sól: 7.59 g; WW: 26.35 Por; Cholesterol: 255.98 mg;

<b>poniedziałek 2024-06-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt. ( <u>GLU</u> ),	chlodnik 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , Gulasz wieprzowy z szynki 200 g ( <u>GLU</u> ), fasolka szparagowa gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczeki 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> ), sałatka wykwinтна 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> arbuz 200 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> sok owocowy 200ml 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2374.85 kcal; Białko ogółem: 103.39 g; Tłuszcz: 78.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.14 g; Węglowodany ogółem: 321.12 g; suma cukrów prostych: 48.35 g; Błonnik pokarmowy: 26.95 g; Sól: 5.1 g; WW: 29.45 Por; Cholesterol: 255.98 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	chlodnik - dieta 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , Gulasz wieprzowy z szynki 200 g ( <u>GLU</u> ), fasolka szparagowa gotowana 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> ), sałatka wykwinna 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2738.37 kcal; Białko ogółem: 116.76 g; Tłuszcz: 90.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.64 g; Węglowodany ogółem: 378.73 g; suma cukrów prostych: 75.4 g; Błonnik pokarmowy: 41.1 g; Sól: 8.01 g; WW: 33.97 Por; Cholesterol: 275.98 mg;

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , sałatka zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ),	chlodnik 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , Gulasz wieprzowy z szynki 200 g ( <u>GLU</u> ), fasolka szparagowa gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczeki 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> ), sałatka wykwinna 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: arbuz 200 g ,		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2374.85 kcal; Białko ogółem: 103.39 g; Tłuszcz: 78.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.14 g; Węglowodany ogółem: 321.12 g; suma cukrów prostych: 48.35 g; Błonnik pokarmowy: 26.95 g; Sól: 5.1 g; WW: 29.45 Por; Cholesterol: 255.98 mg;

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałatka zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	chlodnik - dieta 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 130 g , 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> ), sałatka wykwinna - dieta 150 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2225.87 kcal; Białko ogółem: 98.58 g; Tłuszcz: 72.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.06 g; Węglowodany ogółem: 300.91 g; suma cukrów prostych: 35.46 g; Błonnik pokarmowy: 23.55 g; Sól: 6.57 g; WW: 27.91 Por; Cholesterol: 293.98 mg;

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałatka zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	chlodnik - dieta 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 130 g , 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> ), sałatka wykwinna - dieta 150 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: banan 200 g ,		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2338.87 kcal; Białko ogółem: 97.37 g; Tłuszcz: 72.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.32 g; Węglowodany ogółem: 328.61 g; suma cukrów prostych: 82.2 g; Błonnik pokarmowy: 25.73 g; Sól: 5.14 g; WW: 30.47 Por; Cholesterol: 293.98 mg;

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	chlodnik 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka wykwinna 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2465.04 kcal; Białko ogółem: 119.35 g; Tłuszcz: 89.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.49 g; Węglowodany ogółem: 311.75 g; suma cukrów prostych: 27.29 g; Błonnik pokarmowy: 38.61 g; Sól: 5.25 g; WW: 27.49 Por; Cholesterol: 220.1 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	chlodnik 400 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 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> ), sałatka wykwinna 150 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sałata zielona 8g 8 g,		Posiłek nocny: Pasta z ciecierzycy z warzywami 50 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1787.3 kcal; Białko ogółem: 83.42 g; Tłuszcz: 56.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 10.61 g; Węglowodany ogółem: 245.17 g; suma cukrów prostych: 21.07 g; Błonnik pokarmowy: 31.16 g; Sól: 3.83 g; WW: 21.5 Por; Cholesterol: 128.98 mg;

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	chlodnik 400 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa 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> ), sałatka wykwinna 150 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, sałata zielona 8g 8 g, arbusz 200 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2620.89 kcal; Białko ogółem: 106.09 g; Tłuszcz: 90.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.91 g; Węglowodany ogółem: 361.64 g; suma cukrów prostych: 53.2 g; Błonnik pokarmowy: 43.33 g; Sól: 5.72 g; WW: 31.9 Por; Cholesterol: 210.58 mg;

poniedziałek 2024-06-24			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> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	chlodnik 400 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 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> ), sałatka wykwinna 150 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2298.54 kcal; Białko ogółem: 100.3 g; Tłuszcz: 76.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.68 g; Węglowodany ogółem: 307.25 g; suma cukrów prostych: 24.29 g; Błonnik pokarmowy: 38.61 g; Sól: 5.07 g; WW: 26.99 Por; Cholesterol: 164.6 mg;

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	chlodnik 400 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g, gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa 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> ), sałatka wykwinna 150 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Podwieczorek: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2806.02 kcal; Białko ogółem: 131.7 g; Tłuszcz: 106.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.77 g; Węglowodany ogółem: 347.25 g; suma cukrów prostych: 39.62 g; Błonnik pokarmowy: 38.61 g; Sól: 5.53 g; WW: 31.07 Por; Cholesterol: 273.18 mg;

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,	chlodnik - dieta 400 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), 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. 5 g ( <u>MLE</u> ), sałatka wykwinna - dieta 150 g ( <u>MLE, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), sok pomidorowy 300 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2187.68 kcal; Białko ogółem: 98.41 g; Tłuszcz: 52.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 10.87 g; Węglowodany ogółem: 325.91 g; suma cukrów prostych: 19.03 g; Błonnik pokarmowy: 25.6 g; Sól: 6.44 g; WW: 30.14 Por; Cholesterol: 125.7 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	chlodnik - dieta 400 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), gulasz drobiowy - dieta 100 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), sałatka wykwinтна - dieta 100 g ( <u>MLE, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2339.52 kcal; Białko ogółem: 53.89 g; Tłuszcz: 93.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.99 g; Węglowodany ogółem: 308.53 g; suma cukrów prostych: 17.04 g; Błonnik pokarmowy: 16.02 g; Sól: 2.3 g; WW: 29.24 Por; Cholesterol: 201.45 mg;

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenno-krojonny 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	chlodnik - dieta 400 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenno-krojonny 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka wykwinтна - dieta 150 g ( <u>MLE, SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2250.82 kcal; Białko ogółem: 83.03 g; Tłuszcz: 53.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.87 g; Węglowodany ogółem: 364.37 g; suma cukrów prostych: 69.49 g; Błonnik pokarmowy: 22.93 g; Sól: 5.27 g; WW: 34.35 Por; Cholesterol: 150.5 mg;

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb pszenno-krojonny 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	chlodnik - dieta 400 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenno-krojonny 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka wykwinтна - dieta 150 g ( <u>MLE, SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2439.66 kcal; Białko ogółem: 95.33 g; Tłuszcz: 70.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.15 g; Węglowodany ogółem: 361.85 g; suma cukrów prostych: 51.53 g; Błonnik pokarmowy: 22.9 g; Sól: 5.5 g; WW: 34.12 Por; Cholesterol: 203.58 mg;

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	chlodnik 400 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , Gulasz wieprzowy z szynki 200 g ( <u>GLU</u> ), fasolka szparagowa gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żyty 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka wykwinтна 150 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2532.96 kcal; Białko ogółem: 115.57 g; Tłuszcz: 86.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.49 g; Węglowodany ogółem: 338.26 g; suma cukrów prostych: 46.47 g; Błonnik pokarmowy: 41.72 g; Sól: 7.87 g; WW: 29.91 Por; Cholesterol: 275.98 mg;

poniedziałek 2024-06-24			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

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),		papkowata - obiad 650 ml ,		papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),	
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),			Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),		

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

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,		chłodnik - dieta 400 g ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),		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> ), sałatka wykwinna - dieta 150 g ( <u>MLE, SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,	
			Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2338.54 kcal; Białko ogółem: 97.84 g; Tłuszcz: 66.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.29 g; Węglowodany ogółem: 360.96 g; suma cukrów prostych: 59.38 g; Błonnik pokarmowy: 23.83 g; Sól: 6.13 g; WW: 34.02 Por; Cholesterol: 220.16 mg;

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,		chłodnik - dieta 400 g ( <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), 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> ), sałatka wykwinna - dieta 150 g ( <u>MLE, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ),	
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2158.16 kcal; Białko ogółem: 94.55 g; Tłuszcz: 73.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.91 g; Węglowodany ogółem: 291.38 g; suma cukrów prostych: 26.57 g; Błonnik pokarmowy: 24.43 g; Sól: 5.93 g; WW: 26.87 Por; Cholesterol: 200.16 mg;

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		chłodnik 400 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 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> ), sałatka wykwinna 150 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: arbuz 200 g ,			Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1840.92 kcal; Białko ogółem: 84.1 g; Tłuszcz: 62.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.4 g; Węglowodany ogółem: 235.14 g; suma cukrów prostych: 26.65 g; Błonnik pokarmowy: 30.96 g; Sól: 3.73 g; WW: 20.49 Por; Cholesterol: 151.3 mg;

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		chłodnik 400 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 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> ), sałatka wykwinna 150 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	
			Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2318.82 kcal; Białko ogółem: 95 g; Tłuszcz: 84.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.98 g; Węglowodany ogółem: 307.35 g; suma cukrów prostych: 24.37 g; Błonnik pokarmowy: 38.61 g; Sól: 5.07 g; WW: 27.01 Por; Cholesterol: 197.68 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), 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 100g 100 g , jabłko gotowane 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2105.22 kcal; Białko ogółem: 88.74 g; Tłuszcz: 63.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.03 g; Węglowodany ogółem: 301.26 g; suma cukrów prostych: 50.18 g; Błonnik pokarmowy: 30.72 g; Sól: 5.39 g; WW: 27.28 Por; Cholesterol: 147.15 mg;

poniedziałek 2024-06-24			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 mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , Gulasz wieprzowy z szynki 200 g ( <u>GLU</u> ), fasolka szparagowa gotowana 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> ), margaryna 15 g , sałatka wykwinna 150 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2186.21 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz: 73.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.61 g; Węglowodany ogółem: 306.21 g; suma cukrów prostych: 28.61 g; Błonnik pokarmowy: 40.15 g; Sól: 7.09 g; WW: 26.86 Por; Cholesterol: 132.9 mg;

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 50 g ,	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g ( <u>GLU</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt , surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g ,	wafle ryżowe 50 g , margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 Por , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,			
II Śniadanie: gruszka 300 g ,		Posiłek nocny: kasza jaglana na wodzie 200 ml , Mus z jabłek b/c 150 g ,			

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

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	chlodnik 400 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 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> ), sałatka wykwinna 150 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2148.02 kcal; Białko ogółem: 88.71 g; Tłuszcz: 102.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29 g; Węglowodany ogółem: 225.09 g; suma cukrów prostych: 26.75 g; Błonnik pokarmowy: 17.64 g; Sól: 4.29 g; WW: 20.83 Por; Cholesterol: 270.23 mg;

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , sałatka wykwinna 150 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2042.47 kcal; Białko ogółem: 79.88 g; Tłuszcz: 94.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.1 g; Węglowodany ogółem: 228.44 g; suma cukrów prostych: 21.14 g; Błonnik pokarmowy: 16.07 g; Sól: 3.79 g; WW: 21.34 Por; Cholesterol: 147.15 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 70 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	chlodnik 400 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 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> ), sałatka wykwinna 150 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2431.52 kcal; Białko ogółem: 100.21 g; Tłuszcz: 111.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.69 g; Węglowodany ogółem: 254.54 g; suma cukrów prostych: 14.38 g; Błonnik pokarmowy: 15.18 g; Sól: 1.37 g; WW: 24.01 Por; Cholesterol: 192.23 mg;

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , sałatka wykwinna 150 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2304.47 kcal; Białko ogółem: 91.04 g; Tłuszcz: 84.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.28 g; Węglowodany ogółem: 313.5 g; suma cukrów prostych: 27.5 g; Błonnik pokarmowy: 40.11 g; Sól: 6.79 g; WW: 27.45 Por; Cholesterol: 150.05 mg;

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , sałatka wykwinna 150 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2382.47 kcal; Białko ogółem: 92.34 g; Tłuszcz: 109.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.41 g; Węglowodany ogółem: 268.78 g; suma cukrów prostych: 18.22 g; Błonnik pokarmowy: 16.91 g; Sól: 3.11 g; WW: 25.24 Por; Cholesterol: 147.15 mg;

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	chlodnik 400 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), fasolka szparagowa gotowana 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> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2274.24 kcal; Białko ogółem: 82.26 g; Tłuszcz: 76.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.19 g; Węglowodany ogółem: 329.97 g; suma cukrów prostych: 37.29 g; Błonnik pokarmowy: 43.48 g; Sól: 8.09 g; WW: 28.88 Por; Cholesterol: 178.08 mg;

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	chlodnik - dieta 400 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), gulasz drobiowy - dieta 100 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), sałatka wykwinna - dieta 100 g ( <u>MLE, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2339.52 kcal; Białko ogółem: 53.89 g; Tłuszcz: 93.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.99 g; Węglowodany ogółem: 308.53 g; suma cukrów prostych: 17.04 g; Błonnik pokarmowy: 16.02 g; Sól: 2.3 g; WW: 29.24 Por; Cholesterol: 201.45 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2			
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> ), marchewka gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,					Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2139.94 kcal; Białko ogółem: 73.27 g; Tłuszcz: 51.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.18 g; Węglowodany ogółem: 268.37 g; suma cukrów prostych: 40.03 g; Błonnik pokarmowy: 33.39 g; Sól: 4.41 g; WW: 23.7 Por; Cholesterol: 208.2 mg;

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3			
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		pomidorowa z makaronem drobnym- dieta b/ml 300 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,		chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), dynia gotowana 100 g , sałata zielona 8g 8 g ,					Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , kakao proszek 30 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2059.67 kcal; Białko ogółem: 94.7 g; Tłuszcz: 65.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27 g; Węglowodany ogółem: 278.08 g; suma cukrów prostych: 51.61 g; Błonnik pokarmowy: 32.94 g; Sól: 5.03 g; WW: 24.84 Por; Cholesterol: 747.05 mg;

poniedziałek 2024-06-24			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;

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS			
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), omlet na słonko ots 150 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), zacierka na mleku ots 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),		grycikowa z ziemniakami - dieta ots 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ryba pieczona ots 120 g ( <u>RYB</u> ), pieczone ziemniaki ots 200 g , warzywa po grecku ots 150 g ( <u>SEL</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml ,		chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), ser zółty plastry - 100g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), Mus z jabłek z/c ots 150 g , miód 2 szt. - ots 50 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		
					Posiłek nocny: rogal ots 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), dżem szt ots 25 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3328.4 kcal; Białko ogółem: 127.52 g; Tłuszcz: 154.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 60.15 g; Węglowodany ogółem: 363.71 g; suma cukrów prostych: 91.81 g; Błonnik pokarmowy: 36.15 g; Sól: 7.94 g; WW: 33.02 Por; Cholesterol: 1361.11 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), omlet na słoniu o/s 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), pomidor b/skóry - o/s 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - o/s 100 g ( <u>JAJ</u> ), zacierka na mleku o/s 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),	grysikowa z ziemniakami - dieta ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ryba pieczona o/s 120 g ( <u>RYB</u> ), pieczone ziemniaki o/s 200 g, warzywa po grecku o/s 150 g ( <u>SEL</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> ), ser żółty plastry - 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Mus z jabłek b/c o/s 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,			
		Posiłek nocny: chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), brokuł gotowany o/s 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3011.66 kcal; Białko ogółem: 125.27 g; Tłuszcz: 164.77 g; Kw.łł.nas.ogółem: 59.47 g; Węglowodany ogółem: 265.76 g; suma cukrów prostych: 67.36 g; Błonnik pokarmowy: 39.52 g; Sól: 7.27 g; WW: 22.81 Por; Cholesterol: 1353.11 mg;

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu		
chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g,	chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g,	chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 761.4 kcal; Białko ogółem: 45.96 g; Tłuszcz: 28.35 g; Kw.łł.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;

poniedziałek 2024-06-24			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.łł.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;

poniedziałek 2024-06-24			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.łł.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;

poniedziałek 2024-06-24			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.łł.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;

poniedziałek 2024-06-24			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.łł.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;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-24 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), cukinia gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), kakao proszek 30 g , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI, ORZ</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2193.65 kcal; Białko ogółem: 80 g; Tłuszcz: 58.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.69 g; Węglowodany ogółem: 260.75 g; suma cukrów prostych: 26.69 g; Błonnik pokarmowy: 27.74 g; Sól: 7.34 g; WW: 23.42 Por; Cholesterol: 440.99 mg;

poniedziałek 2024-06-24 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;

poniedziałek 2024-06-24 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żyłt. 100 g ( <u>GLU</u> ),	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g ( <u>GLU</u> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt ,	chleb mieszany psz-żyłt. 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), filet z indyka gotowany 100 g , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: gruszka 300 g ,		Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , kasza manna na mleku 200 g ( <u>GLU, MLE</u> ),

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

poniedziałek 2024-06-24 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	chlodnik 400 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 250 g , Gulasz wieprzowy z szynki 300 g ( <u>GLU</u> ), fasolka szparagowa gotowana 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1022.53 kcal; Białko ogółem: 72.04 g; Tłuszcz: 32.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.62 g; Węglowodany ogółem: 113.62 g; suma cukrów prostych: 13.49 g; Błonnik pokarmowy: 15.93 g; Sól: 1.01 g; WW: 9.83 Por; Cholesterol: 120.85 mg;

poniedziałek 2024-06-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	chlodnik - dieta 400 g ( <u>MLE, SEL</u> ), Kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 130 g , 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> ), sałatka wykwintna - dieta 150 g ( <u>MLE, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2305.37 kcal; Białko ogółem: 103.98 g; Tłuszcz: 75.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.06 g; Węglowodany ogółem: 300.91 g; suma cukrów prostych: 35.46 g; Błonnik pokarmowy: 23.55 g; Sól: 6.57 g; WW: 27.91 Por; Cholesterol: 293.98 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	chlodnik 400 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , Gulasz wieprzowy z szynki 200 g ( <u>GLU</u> ), fasolka szparagowa gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek 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> ), sałatka wykwinna 150 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2371.26 kcal; Białko ogółem: 108.72 g; Tłuszcz: 83.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.51 g; Węglowodany ogółem: 302.86 g; suma cukrów prostych: 34.22 g; Błonnik pokarmowy: 41.72 g; Sól: 7.59 g; WW: 26.35 Por; Cholesterol: 255.98 mg;

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	chlodnik 400 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), fasolka szparagowa gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek 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> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2274.24 kcal; Białko ogółem: 82.26 g; Tłuszcz: 76.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.19 g; Węglowodany ogółem: 329.97 g; suma cukrów prostych: 37.29 g; Błonnik pokarmowy: 43.48 g; Sól: 8.09 g; WW: 28.88 Por; Cholesterol: 178.08 mg;

poniedziałek 2024-06-24			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 jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu jarska 400 g ( <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), sałatka z ogórków kiszonych 150 g , kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , hummus 130 g ( <u>SEL</u> ), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2300.64 kcal; Białko ogółem: 59.91 g; Tłuszcz: 89.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.98 g; Węglowodany ogółem: 325.14 g; suma cukrów prostych: 46.49 g; Błonnik pokarmowy: 38.79 g; Sól: 9.52 g; WW: 28.78 Por; Cholesterol: 1 mg;

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	chlodnik - dieta 400 g ( <u>MLE, SEL</u> ), Kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), gulasz drobiowy - dieta 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 130 g , 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> ), sałatka wykwinna - dieta 150 g ( <u>MLE, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2431.28 kcal; Białko ogółem: 99.77 g; Tłuszcz: 75.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.21 g; Węglowodany ogółem: 341.38 g; suma cukrów prostych: 64.39 g; Błonnik pokarmowy: 22.93 g; Sól: 6.71 g; WW: 31.97 Por; Cholesterol: 293.98 mg;

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	chlodnik - dieta 400 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , gulasz drobiowy - dieta b/ml b/glu 200 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), fasolka szparagowa gotowana 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> ), sałatka wykwinna 150 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2578.09 kcal; Białko ogółem: 124.15 g; Tłuszcz: 104.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.66 g; Węglowodany ogółem: 298.16 g; suma cukrów prostych: 48.32 g; Błonnik pokarmowy: 36.19 g; Sól: 7.88 g; WW: 26.34 Por; Cholesterol: 348.13 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-06-24			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	chlodnik - dieta 400 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kasza gryczana na sypko 200 g , Gulasz wieprzowy z szynki 200 g ( <u>GLU</u> ), fasolka szparagowa gotowana 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> ), sałatka wykwinna 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
<b>II Śniadanie:</b> Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2738.37 kcal; Białko ogółem: 116.76 g; Tłuszcz: 90.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.64 g; Węglowodany ogółem: 378.73 g; suma cukrów prostych: 75.4 g; Błonnik pokarmowy: 41.1 g; Sól: 8.01 g; WW: 33.97 Por; Cholesterol: 275.98 mg;