

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2024-06-26</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żył. 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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), papryka świeża 50 g , szczypiorek 5 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u> ),	zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <u>SEL</u> , <u>_</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 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> ), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g ( <u>RYB</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2423.97 kcal; Białko ogółem: 99.83 g; Tłuszcz: 76.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.12 g; Węglowodany ogółem: 368.1 g; suma cukrów prostych: 46.01 g; Błonnik pokarmowy: 39.59 g; Sól: 15.89 g; WW: 33.06 Por; Cholesterol: 236.67 mg;

<b>środa 2024-06-26</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), papryka świeża 50 g , szczypiorek 5 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u> ),	zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ), Ryż biały na sypko 250 g , Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <u>SEL</u> , <u>_</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 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> ), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g ( <u>RYB</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u> ), wędlna 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2756.46 kcal; Białko ogółem: 122.58 g; Tłuszcz: 82.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.23 g; Węglowodany ogółem: 414.41 g; suma cukrów prostych: 60.56 g; Błonnik pokarmowy: 42.33 g; Sól: 16.2 g; WW: 37.45 Por; Cholesterol: 256.67 mg;

<b>środa 2024-06-26</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>		
chleb mieszany psz.-żył. 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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), papryka świeża 50 g , szczypiorek 5 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u> ),	zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <u>SEL</u> , <u>_</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 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> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> , <u>_</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> , <u>_</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2464.52 kcal; Białko ogółem: 108.44 g; Tłuszcz: 71.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.03 g; Węglowodany ogółem: 380.88 g; suma cukrów prostych: 52.07 g; Błonnik pokarmowy: 38.5 g; Sól: 5.87 g; WW: 34.38 Por; Cholesterol: 199.67 mg;

<b>środa 2024-06-26</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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ), papryka świeża 50 g , szczypiorek 5 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u> ),	zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <u>SEL</u> , <u>_</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki 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> ), wędlna 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>_</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2488.6 kcal; Białko ogółem: 103.18 g; Tłuszcz: 61.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.31 g; Węglowodany ogółem: 407.76 g; suma cukrów prostych: 62.13 g; Błonnik pokarmowy: 26.8 g; Sól: 5.43 g; WW: 38.21 Por; Cholesterol: 256.67 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-06-26			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2775.74 kcal; Białko ogółem: 116.66 g; Tłuszcz: 78.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.07 g; Węglowodany ogółem: 434.97 g; suma cukrów prostych: 77.63 g; Błonnik pokarmowy: 40.32 g; Sól: 6.08 g; WW: 39.64 Por; Cholesterol: 276.67 mg;

środa 2024-06-26			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 50 g, szczypiorek 5 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g, Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2488.6 kcal; Białko ogółem: 103.18 g; Tłuszcz: 61.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.31 g; Węglowodany ogółem: 407.76 g; suma cukrów prostych: 62.13 g; Błonnik pokarmowy: 26.8 g; Sól: 5.43 g; WW: 38.21 Por; Cholesterol: 256.67 mg;

środa 2024-06-26			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
kasza manna 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 100 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), cukinia 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> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2363.52 kcal; Białko ogółem: 108.36 g; Tłuszcz: 68.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.83 g; Węglowodany ogółem: 352.49 g; suma cukrów prostych: 71.52 g; Błonnik pokarmowy: 18.56 g; Sól: 8.45 g; WW: 33.52 Por; Cholesterol: 220.57 mg;

środa 2024-06-26			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
kasza manna 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 100 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), cukinia 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> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2533.02 kcal; Białko ogółem: 112.61 g; Tłuszcz: 70.2 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.47 g; Węglowodany ogółem: 386.04 g; suma cukrów prostych: 90.22 g; Błonnik pokarmowy: 18.96 g; Sól: 8.52 g; WW: 36.82 Por; Cholesterol: 289.57 mg;

środa 2024-06-26			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 5 g, papryka świeża 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), cukinia 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> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: 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> ), wędlina 30g 30 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2130.05 kcal; Białko ogółem: 106.07 g; Tłuszcz: 66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.33 g; Węglowodany ogółem: 301.81 g; suma cukrów prostych: 33.06 g; Błonnik pokarmowy: 37.9 g; Sól: 8.93 g; WW: 26.37 Por; Cholesterol: 176.87 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-06-26			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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 5 g , papryka świeża 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU, SEL</u> ), cukinia 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> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sałata zielona 20 g ,		Posiłek nocny: Sałatka z soczewicy 150 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1823.01 kcal; Białko ogółem: 93.28 g; Tłuszcz: 48.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.72 g; Węglowodany ogółem: 285.83 g; suma cukrów prostych: 27.86 g; Błonnik pokarmowy: 37.66 g; Sól: 7.95 g; WW: 24.85 Por; Cholesterol: 118.69 mg;

środa 2024-06-26			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 5 g , papryka świeża 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU, SEL</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> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , gruszka 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Sałatka z soczewicy 150 g , serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2585.02 kcal; Białko ogółem: 122.68 g; Tłuszcz: 81.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.92 g; Węglowodany ogółem: 378.98 g; suma cukrów prostych: 61.39 g; Błonnik pokarmowy: 49.18 g; Sól: 10.84 g; WW: 33 Por; Cholesterol: 289.47 mg;

środa 2024-06-26			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 5 g , papryka świeża 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU, SEL</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. 10 g ( <u>MLE</u> ), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g ( <u>RYB, MLE</u> ), 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. 5 g ( <u>MLE</u> ), Sałatka z soczewicy 150 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2159.04 kcal; Białko ogółem: 102.28 g; Tłuszcz: 64.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.33 g; Węglowodany ogółem: 326.78 g; suma cukrów prostych: 36.51 g; Błonnik pokarmowy: 44.13 g; Sól: 19.34 g; WW: 28.32 Por; Cholesterol: 192.79 mg;

środa 2024-06-26			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb razowy 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> ), szczypiorek 5 g , papryka świeża 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU, SEL</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> ), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g ( <u>RYB, MLE</u> ), 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. 5 g ( <u>MLE</u> ), Sałatka z soczewicy 150 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2535.42 kcal; Białko ogółem: 118.02 g; Tłuszcz: 83.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.65 g; Węglowodany ogółem: 354.47 g; suma cukrów prostych: 48.86 g; Błonnik pokarmowy: 44.63 g; Sól: 19.62 g; WW: 31.07 Por; Cholesterol: 245.87 mg;

środa 2024-06-26			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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU, SEL</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. 10 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),		Posiłek nocny: rogal 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2281.99 kcal; Białko ogółem: 100.19 g; Tłuszcz: 53.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.57 g; Węglowodany ogółem: 373.56 g; suma cukrów prostych: 45.99 g; Błonnik pokarmowy: 19.26 g; Sól: 8.91 g; WW: 35.48 Por; Cholesterol: 193.49 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-06-26 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> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 100 g ( <u>GLU, SEL</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , szpinak gotowany - dieta 100 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2192.19 kcal; Białko ogółem: 53.75 g; Tłuszcz: 74.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.74 g; Węglowodany ogółem: 326.15 g; suma cukrów prostych: 30.82 g; Błonnik pokarmowy: 12.62 g; Sól: 6.92 g; WW: 31.41 Por; Cholesterol: 150.16 mg;

środa 2024-06-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU, SEL</u> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),		Posiłek nocny: rogal 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2317.9 kcal; Białko ogółem: 100.19 g; Tłuszcz: 53.32 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.57 g; Węglowodany ogółem: 382.54 g; suma cukrów prostych: 54.97 g; Błonnik pokarmowy: 19.26 g; Sól: 8.91 g; WW: 36.38 Por; Cholesterol: 193.49 mg;

środa 2024-06-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
kasza manna 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <u>SEL</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> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: rogal 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2595.48 kcal; Białko ogółem: 113.21 g; Tłuszcz: 75.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.37 g; Węglowodany ogółem: 388.88 g; suma cukrów prostych: 58.45 g; Błonnik pokarmowy: 19.36 g; Sól: 9.34 g; WW: 37.07 Por; Cholesterol: 205.97 mg;

środa 2024-06-26 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
kasza manna 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 50 g , szczypiorek 5 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g ( <u>RYB, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2711.07 kcal; Białko ogółem: 116.52 g; Tłuszcz: 84.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.93 g; Węglowodany ogółem: 404.99 g; suma cukrów prostych: 64.58 g; Błonnik pokarmowy: 40.09 g; Sól: 16.41 g; WW: 36.69 Por; Cholesterol: 268.67 mg;

środa 2024-06-26 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

środa 2024-06-26		
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;

środa 2024-06-26		
Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
kasza manna 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pietruszkowy 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> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: rogal 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2598.75 kcal; Białko ogółem: 114.65 g; Tłuszcz: 82.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.28 g; Węglowodany ogółem: 373.02 g; suma cukrów prostych: 60.36 g; Błonnik pokarmowy: 20.39 g; Sól: 9.67 g; WW: 35.43 Por; Cholesterol: 246.04 mg;

środa 2024-06-26		
Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
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> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ),	zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pietruszkowy 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> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: rogal 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2533.87 kcal; Białko ogółem: 105.93 g; Tłuszcz: 83.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.1 g; Węglowodany ogółem: 363.05 g; suma cukrów prostych: 44.64 g; Błonnik pokarmowy: 20.49 g; Sól: 9.41 g; WW: 34.36 Por; Cholesterol: 222.04 mg;

środa 2024-06-26		
Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 5 g , papryka świeża 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 100 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU, SEL</u> ), cukinia 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> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 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. 5 g ( <u>MLE</u> ), Sałatka z soczewicy 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1768.27 kcal; Białko ogółem: 93.54 g; Tłuszcz: 46.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.74 g; Węglowodany ogółem: 274.85 g; suma cukrów prostych: 32.73 g; Błonnik pokarmowy: 36.06 g; Sól: 8.41 g; WW: 23.93 Por; Cholesterol: 143.39 mg;

środa 2024-06-26		
Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), szczypiorek 5 g , papryka świeża 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU, SEL</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> ), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g ( <u>RYB, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Sałatka z soczewicy 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2206.22 kcal; Białko ogółem: 95.97 g; Tłuszcz: 76.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.57 g; Węglowodany ogółem: 317.62 g; suma cukrów prostych: 30.32 g; Błonnik pokarmowy: 44.13 g; Sól: 19.1 g; WW: 27.45 Por; Cholesterol: 226.27 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-06-26 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna</span>		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g ( <b>SEL</b> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <b>SEL</b> ), Ryż biały na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <b>GLU, SEL</b> ), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 15 g , ryba po grecku b/sosu 90 g ( <b>RYB</b> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <b>SEL</b> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 5g 5 g , miód 2 szt. 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2154.17 kcal; Białko ogółem: 83.54 g; Tłuszcz: 60.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.23 g; Węglowodany ogółem: 325.19 g; suma cukrów prostych: 33.55 g; Błonnik pokarmowy: 16.49 g; Sól: 7.97 g; WW: 31.08 Por; Cholesterol: 55.06 mg;

środa 2024-06-26 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA</span>		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g ( <b>SEL</b> ), papryka świeża 50 g , szczypiorek 5 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <b>SEL</b> ), Ryż biały na sypko 200 g , Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <b>SEL</b> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 15 g , ryba po grecku b/sosu 90 g ( <b>RYB</b> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <b>SEL</b> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), margaryna 5g 5 g , miód 2 szt. 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2172.3 kcal; Białko ogółem: 84.15 g; Tłuszcz: 61.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.37 g; Węglowodany ogółem: 338.48 g; suma cukrów prostych: 21.84 g; Błonnik pokarmowy: 38.38 g; Sól: 5.35 g; WW: 30.28 Por; Cholesterol: 42.66 mg;

środa 2024-06-26 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Atopowa</span>		
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 ( <b>MLE</b> ), 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 ,
<b>II Śniadanie:</b> banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,		
		<b>Posiłek nocny:</b> płatki owsiane na wodzie 200 ml ( <b>GLU</b> ), 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;

środa 2024-06-26 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN</span>		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), pasta z twarogu 100 g ( <b>MLE</b> ), papryka świeża 50 g , szczypiorek 5 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <b>SEL</b> ), Ryż biały na sypko 200 g , Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <b>SEL</b> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <b>MLE</b> ), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g ( <b>RYB, MLE</b> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), miód 2 szt. 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2116.8 kcal; Białko ogółem: 79.53 g; Tłuszcz: 94.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.57 g; Węglowodany ogółem: 263.68 g; suma cukrów prostych: 21.53 g; Błonnik pokarmowy: 15.01 g; Sól: 12.04 g; WW: 25.07 Por; Cholesterol: 198.44 mg;

środa 2024-06-26 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA</span>		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g ( <b>SEL</b> ), papryka świeża 50 g , szczypiorek 5 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <b>SEL</b> ), Ryż biały na sypko 200 g , Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <b>SEL</b> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , ryba po grecku 200 g ( <b>RYB, SEL</b> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <b>SEL</b> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , miód 2 szt. 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2185.58 kcal; Białko ogółem: 88.27 g; Tłuszcz: 90.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.45 g; Węglowodany ogółem: 262.85 g; suma cukrów prostych: 16.96 g; Błonnik pokarmowy: 11.54 g; Sól: 1.49 g; WW: 25.25 Por; Cholesterol: 41.16 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-06-26			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), pasta z twarogu 100 g (MLE), szczypiorek 5 g , papryka świeża 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (SEL), Ryż brązowy na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu 200 g (SEL), cukinia 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 (MLE), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (RYB, MLE), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (MLE),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 5 g (MLE), Sałatka z soczewicy 150 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2115.16 kcal; Białko ogółem: 94.44 g; Tłuszcz: 97.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.36 g; Węglowodany ogółem: 242.88 g; suma cukrów prostych: 27.89 g; Błonnik pokarmowy: 21.65 g; Sól: 15.61 g; WW: 22.17 Por; Cholesterol: 211.94 mg;

środa 2024-06-26			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120g 120 g (GLU), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g (SEL), szczypiorek 5 g , papryka świeża 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zacierkowa - dieta 400 ml (GLU, JAJ, SEL), Ryż brązowy na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (GLU, SEL), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (GLU), margaryna 15 g , ryba po grecku b/sosu 90 g (RYB), sos po grecku do ryby 70 g (SEL), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (GLU), margaryna 5g 5 g , Sałatka z soczewicy 150 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2217.12 kcal; Białko ogółem: 100.09 g; Tłuszcz: 67.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.27 g; Węglowodany ogółem: 321.82 g; suma cukrów prostych: 30.83 g; Błonnik pokarmowy: 43.4 g; Sól: 9.88 g; WW: 27.87 Por; Cholesterol: 68.99 mg;

środa 2024-06-26			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. i warzyw 100 g (SEL), szczypiorek 5 g , papryka świeża 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (SEL), Ryż brązowy na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami b/glu 200 g (SEL), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , ryba po grecku b/sosu 90 g (RYB), sos po grecku do ryby 70 g (SEL), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , Sałatka z soczewicy 150 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2073.46 kcal; Białko ogółem: 92.14 g; Tłuszcz: 89.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3 g; Węglowodany ogółem: 237.81 g; suma cukrów prostych: 22.13 g; Błonnik pokarmowy: 20.92 g; Sól: 6.15 g; WW: 21.69 Por; Cholesterol: 55.06 mg;

środa 2024-06-26			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), pasta z twarogu 100 g (MLE), papryka świeża 50 g , szczypiorek 5 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE),	zacierkowa - dieta jarska 400 ml (GLU, JAJ, SEL), Ryż biały na sypko 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g (GLU, SEL), kompot z jabłek i warzywami 100 g (GLU, SEL), cukinia gotowana 130 g , 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), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (RYB, MLE), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt (GLU, JAJ, MLE),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2551.3 kcal; Białko ogółem: 93.54 g; Tłuszcz: 82.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.54 g; Węglowodany ogółem: 388.97 g; suma cukrów prostych: 50.03 g; Błonnik pokarmowy: 39.08 g; Sól: 19.85 g; WW: 35.2 Por; Cholesterol: 184.48 mg;

środa 2024-06-26			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g (MLE), twaróg krajanka 50g 50 g (MLE), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zacierkowa - dieta 400 ml (GLU, JAJ, SEL), Ryż biały na sypko 200 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 100 g (GLU, SEL), cukinia gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g (MLE), wędlina 50 g , szpinak gotowany - dieta 100 g (GLU), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 5 g (MLE), Pasta warzywna 100 g (SEL),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2111.19 kcal; Białko ogółem: 50.75 g; Tłuszcz: 73.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 309.05 g; suma cukrów prostych: 18.22 g; Błonnik pokarmowy: 9.02 g; Sól: 4.58 g; WW: 30.01 Por; Cholesterol: 150.16 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-06-26 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	dyniowa z ziemniakami b/mleka - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g, marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml, chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),

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

środa 2024-06-26 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;

środa 2024-06-26 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;

środa 2024-06-26 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
kasza manna na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), kielbasa biała - ots 120 g, ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana ots 100 g, serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),	pomidorowa z makaronem - ots 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko ots 200 g, filet z kur. duszony w ziołach - dieta ots 100 g, sos śmietanowy na ciepło ots 100 ml ( <u>MLE</u> ), warzywa na parze k/b/f ots 150 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), sałatka makaronowa z brokułem ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, Herbata czarna b/c 250 ml,
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c ots 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3324.54 kcal; Białko ogółem: 163.31 g; Tłuszcz: 149.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.03 g; Węglowodany ogółem: 352.99 g; suma cukrów prostych: 69.43 g; Błonnik pokarmowy: 25.77 g; Sól: 8.09 g; WW: 32.85 Por; Cholesterol: 840.98 mg;

środa 2024-06-26 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
kasza manna na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana ots 100 g, serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),	pomidorowa z makaronem ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko ots 200 g, filet z kur. duszony w ziołach - dieta ots 100 g, sos śmietanowy na ciepło ots 100 ml ( <u>MLE</u> ), warzywa na parze k/b/f ots 150 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), sałatka makaronowa z brokułem ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, Herbata czarna b/c 250 ml,
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym b/c ots 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3243.84 kcal; Białko ogółem: 158.87 g; Tłuszcz: 142.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.53 g; Węglowodany ogółem: 355.19 g; suma cukrów prostych: 58.33 g; Błonnik pokarmowy: 31.54 g; Sól: 9.33 g; WW: 32.47 Por; Cholesterol: 893.27 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-06-26 Jadłospis dla diety: Ściśła dla matek po cesarskim cięciu		
chleb pszenno-krojonny 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g ,	chleb pszenno-krojonny 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g ,	chleb pszenno-krojonny 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;

środa 2024-06-26 Jadłospis dla diety: Ściśła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, 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;

środa 2024-06-26 Jadłospis dla diety: Ściśła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
grycikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grycikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grycikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, 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;

środa 2024-06-26 Jadłospis dla diety: Ściśła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
grycikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grycikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	grycikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, 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;

środa 2024-06-26 Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU, MLE, 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;

środa 2024-06-26 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), chleb pszenno-krojonny 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udzka 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,	grycikowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), marchewka gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenno-krojonny 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, JAJ, SOJ, MLE</u> ), kakao proszek 30 g ,		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobwita 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;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-06-26 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;

środa 2024-06-26 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),

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

środa 2024-06-26 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL</u> ), Ryż biały na sypko 250 g , Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 400 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 936.64 kcal; Białko ogółem: 39.2 g; Tłuszcz: 19.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.29 g; Węglowodany ogółem: 154.78 g; suma cukrów prostych: 7.95 g; Błonnik pokarmowy: 10.68 g; Sól: 1.47 g; WW: 14.44 Por; Cholesterol: 65.91 mg;

środa 2024-06-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
kasza manna 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL</u> ), Ryż biały na sypko 100 g , Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g ( <u>GLU, SEL</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> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2453.52 kcal; Białko ogółem: 114.81 g; Tłuszcz: 71.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.62 g; Węglowodany ogółem: 361.79 g; suma cukrów prostych: 77.82 g; Błonnik pokarmowy: 18.56 g; Sól: 8.69 g; WW: 34.42 Por; Cholesterol: 232.57 mg;

środa 2024-06-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej		
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 twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 50 g , szczypiorek 5 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2464.52 kcal; Białko ogółem: 108.44 g; Tłuszcz: 71.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.03 g; Węglowodany ogółem: 380.88 g; suma cukrów prostych: 52.07 g; Błonnik pokarmowy: 38.5 g; Sól: 5.87 g; WW: 34.38 Por; Cholesterol: 199.67 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-06-26			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 50 g , szczypiorek 5 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zacierkowa - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , cukinia gotowana 130 g ,	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> ), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g ( <u>RYB</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2551.3 kcal; Białko ogółem: 93.54 g; Tłuszcz: 82.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.54 g; Węglowodany ogółem: 388.97 g; suma cukrów prostych: 50.03 g; Błonnik pokarmowy: 39.08 g; Sól: 19.85 g; WW: 35.2 Por; Cholesterol: 184.48 mg;

środa 2024-06-26			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 100 g ,	.kompot z porzeczek czarnych 250 ml , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , zupa ziemniaczana b/ml b/glu jarska 400 g ( <u>SEL</u> ),	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Herbata czarna z/c 400 ml , sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1950.01 kcal; Białko ogółem: 53.47 g; Tłuszcz: 75.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.49 g; Węglowodany ogółem: 274.28 g; suma cukrów prostych: 48.26 g; Błonnik pokarmowy: 36.24 g; Sól: 6.36 g; WW: 24 Por; Cholesterol: 2.4 mg;

środa 2024-06-26			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
kasza manna 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <u>SEL</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> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2663.94 kcal; Białko ogółem: 116.06 g; Tłuszcz: 75.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.69 g; Węglowodany ogółem: 406.09 g; suma cukrów prostych: 72.83 g; Błonnik pokarmowy: 23.4 g; Sól: 5.46 g; WW: 38.42 Por; Cholesterol: 275.67 mg;

środa 2024-06-26			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
kasza manna 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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <u>SEL</u> ), 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> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2595.39 kcal; Białko ogółem: 119.09 g; Tłuszcz: 87.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.57 g; Węglowodany ogółem: 356.23 g; suma cukrów prostych: 57.25 g; Błonnik pokarmowy: 37.66 g; Sól: 6.43 g; WW: 31.93 Por; Cholesterol: 211.37 mg;

środa 2024-06-26			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zacierkowa - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Ryż biały na sypko 200 g , Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku b/sosu 90 g ( <u>RYB</u> ), sos po grecku do ryby 70 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2775.74 kcal; Białko ogółem: 116.66 g; Tłuszcz: 78.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.07 g; Węglowodany ogółem: 434.97 g; suma cukrów prostych: 77.63 g; Błonnik pokarmowy: 40.32 g; Sól: 6.08 g; WW: 39.64 Por; Cholesterol: 276.67 mg;