

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Koszty ogólne Zarządu-Prac. Gosp. i Magazyny w Policach		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-06-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Gołąbek siekany z mięsa wp. 90 g ( <u>JAJ</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <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> ), sałatka jarzynowa z wędliną 220 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2542.83 kcal; Białko ogółem: 89.29 g; Tłuszcz: 95.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.27 g; Węglowodany ogółem: 339.57 g; suma cukrów prostych: 55.19 g; Błonnik pokarmowy: 45.94 g; Sól: 6.59 g; WW: 29.58 Por; Cholesterol: 275.04 mg;

<b>czwartek 2024-06-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , Gołąbek siekany z mięsa wp. 90 g ( <u>JAJ</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <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> ), sałatka jarzynowa z wędliną 220 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2810.62 kcal; Białko ogółem: 102.14 g; Tłuszcz: 101.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.27 g; Węglowodany ogółem: 382.19 g; suma cukrów prostych: 70 g; Błonnik pokarmowy: 48.23 g; Sól: 6.9 g; WW: 33.66 Por; Cholesterol: 295.04 mg;

<b>czwartek 2024-06-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń chirińska drobiowa 120 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa z wędliną 220 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> Brzoskwinia 150 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2220.67 kcal; Białko ogółem: 77.58 g; Tłuszcz: 78.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.57 g; Węglowodany ogółem: 306.22 g; suma cukrów prostych: 62.63 g; Błonnik pokarmowy: 38.6 g; Sól: 6.17 g; WW: 26.95 Por; Cholesterol: 218.39 mg;

<b>czwartek 2024-06-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gołąbek siekany z mięsa wp. 90 g ( <u>JAJ</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	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 jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> Brzoskwinia 150 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2549.2 kcal; Białko ogółem: 86.26 g; Tłuszcz: 93.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.96 g; Węglowodany ogółem: 341.01 g; suma cukrów prostych: 61.6 g; Błonnik pokarmowy: 31.22 g; Sól: 6.42 g; WW: 31.17 Por; Cholesterol: 275.04 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-06-27			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Gołąbek siekany z mięsa wp. 90 g ( <u>JAJ</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos pomidorowy 100 ml ( <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> ), sałatka jarzynowa z wędliną 220 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</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. 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2957.64 kcal; Białko ogółem: 101.24 g; Tłuszcz: 104.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.01 g; Węglowodany ogółem: 400.63 g; suma cukrów prostych: 67.87 g; Błonnik pokarmowy: 43.42 g; Sól: 6.96 g; WW: 36.11 Por; Cholesterol: 287.76 mg;

czwartek 2024-06-27			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bulka 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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, rzodkiewka 40g 40 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Gołąbek siekany z mięsa wp. 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	bulka 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 jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: Brzoskwinia 150 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2569.2 kcal; Białko ogółem: 90.66 g; Tłuszcz: 94.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.96 g; Węglowodany ogółem: 341.21 g; suma cukrów prostych: 61.6 g; Błonnik pokarmowy: 31.22 g; Sól: 6.42 g; WW: 31.19 Por; Cholesterol: 275.04 mg;

czwartek 2024-06-27			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń chińska drobiowa 120 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa - dieta 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: jabłko 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2299.97 kcal; Białko ogółem: 87.91 g; Tłuszcz: 73.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.08 g; Węglowodany ogółem: 326.91 g; suma cukrów prostych: 62.28 g; Błonnik pokarmowy: 32.83 g; Sól: 4.63 g; WW: 29.8 Por; Cholesterol: 261.01 mg;

czwartek 2024-06-27			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń chińska drobiowa 120 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa - dieta 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: Brzoskwinia 150 g,		Posiłek nocny: jabłko 150 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2359 kcal; Białko ogółem: 89.09 g; Tłuszcz: 73.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.1 g; Węglowodany ogółem: 340.96 g; suma cukrów prostych: 71.37 g; Błonnik pokarmowy: 35.07 g; Sól: 4.64 g; WW: 31.01 Por; Cholesterol: 261.01 mg;

czwartek 2024-06-27			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń chińska drobiowa 120 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa z wędliną 220 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2369.27 kcal; Białko ogółem: 94.53 g; Tłuszcz: 95.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.93 g; Węglowodany ogółem: 289.9 g; suma cukrów prostych: 44.16 g; Błonnik pokarmowy: 41.08 g; Sól: 7.52 g; WW: 25.12 Por; Cholesterol: 245.59 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-06-27			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń chińska drobiowa 120 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml , ogórek świeży 100 g ,			
II Śniadanie: pomidor 100 g ,		Posiłek nocny: papryka świeża 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1652.95 kcal; Białko ogółem: 74.4 g; Tłuszcz: 52.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.19 g; Węglowodany ogółem: 236.12 g; suma cukrów prostych: 32.23 g; Błonnik pokarmowy: 33.5 g; Sól: 4.21 g; WW: 20.5 Por; Cholesterol: 199.61 mg;

czwartek 2024-06-27			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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń chińska drobiowa 120 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 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> ), pomidor 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , Brzoskwinia 150 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2606.9 kcal; Białko ogółem: 99.92 g; Tłuszcz: 104.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.88 g; Węglowodany ogółem: 334.65 g; suma cukrów prostych: 65.97 g; Błonnik pokarmowy: 45.03 g; Sól: 6.53 g; WW: 29.18 Por; Cholesterol: 279.79 mg;

czwartek 2024-06-27			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń chińska drobiowa 120 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</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 warzyw i szynki drobiowej 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2141.75 kcal; Białko ogółem: 84.31 g; Tłuszcz: 83.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.48 g; Węglowodany ogółem: 269.15 g; suma cukrów prostych: 31.36 g; Błonnik pokarmowy: 37.28 g; Sól: 5.18 g; WW: 23.37 Por; Cholesterol: 212.51 mg;

czwartek 2024-06-27			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń chińska drobiowa 120 g ( <u>JAJ</u> ), pieczeń chińska drobiowa 120 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa z wędliną 220 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2781.64 kcal; Białko ogółem: 116.79 g; Tłuszcz: 107.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.8 g; Węglowodany ogółem: 343.43 g; suma cukrów prostych: 56.46 g; Błonnik pokarmowy: 41.69 g; Sól: 8.01 g; WW: 30.47 Por; Cholesterol: 325.12 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-06-27			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> , ), Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> , ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ).	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń chińska drobiowa 120 g ( <u>JAJ</u> , ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), seler gotowany 130 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. 5 g ( <u>MLE</u> , ), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> , ),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1983.56 kcal; Białko ogółem: 105.1 g; Tłuszcz: 55.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.85 g; Węglowodany ogółem: 275.82 g; suma cukrów prostych: 40.7 g; Błonnik pokarmowy: 26.69 g; Sól: 5.86 g; WW: 25.19 Por; Cholesterol: 193.53 mg;

czwartek 2024-06-27			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> , ), Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> , ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń chińska drobiowa 50 g ( <u>JAJ</u> , ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> , ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> , ), wędlina 50 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> , ),		Posiłek nocny: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> , ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2102.74 kcal; Białko ogółem: 51.8 g; Tłuszcz: 77.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.56 g; Węglowodany ogółem: 283.63 g; suma cukrów prostych: 31.68 g; Błonnik pokarmowy: 20.15 g; Sól: 3.5 g; WW: 26.54 Por; Cholesterol: 174.1 mg;

czwartek 2024-06-27			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> , ), miód 2 szt. 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń chińska drobiowa 120 g ( <u>JAJ</u> , ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), seler gotowany 130 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. 5 g ( <u>MLE</u> , ), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , marchewka gotowana 100 g ,			
II Śniadanie: skyr waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> , ),		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> , ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2306.49 kcal; Białko ogółem: 104.52 g; Tłuszcz: 56.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.7 g; Węglowodany ogółem: 355.77 g; suma cukrów prostych: 72.59 g; Błonnik pokarmowy: 23.38 g; Sól: 4.55 g; WW: 33.71 Por; Cholesterol: 207.93 mg;

czwartek 2024-06-27			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> , ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> , ), miód 2 szt. 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń chińska drobiowa 120 g ( <u>JAJ</u> , ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), seler gotowany 130 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> , ), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> , ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2514.72 kcal; Białko ogółem: 101 g; Tłuszcz: 76.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.76 g; Węglowodany ogółem: 364.07 g; suma cukrów prostych: 79.29 g; Błonnik pokarmowy: 20.06 g; Sól: 4.75 g; WW: 34.85 Por; Cholesterol: 274.21 mg;

czwartek 2024-06-27			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , ), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> , ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> , ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> , ), sałata zielona 8g 8g , rzodkiewka 40g 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , Gołąbek siekany z mięsa wp. 90 g ( <u>JAJ</u> , ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</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> , ), sałatka jarzynowa z wędliną 220 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</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. 10 g ( <u>MLE</u> , ), dżem owocowy 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2770.51 kcal; Białko ogółem: 100.81 g; Tłuszcz: 103.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.18 g; Węglowodany ogółem: 356.94 g; suma cukrów prostych: 65.28 g; Błonnik pokarmowy: 40.98 g; Sól: 6.85 g; WW: 31.87 Por; Cholesterol: 295.04 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-06-27			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ),	płynna - obiad 600 ml ,	płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ),			
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ),				Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ),	

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

czwartek 2024-06-27			Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ),	papkowata - obiad 650 ml ,	papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ),			
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ),				Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ),	

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

czwartek 2024-06-27			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> , ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> , ), miód 2 szt. 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń chińska drobiowa 120 g ( <u>JAJ</u> , ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> , ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> , ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> , ), pasta z wędliny drob. 100 g , marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> , ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2800.79 kcal; Białko ogółem: 115.23 g; Tłuszcz: 89.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.42 g; Węglowodany ogółem: 394.13 g; suma cukrów prostych: 85 g; Błonnik pokarmowy: 23.98 g; Sól: 4.93 g; WW: 37.5 Por; Cholesterol: 273.41 mg;

czwartek 2024-06-27			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> , ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> , ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> , ), Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> , ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń chińska drobiowa 120 g ( <u>JAJ</u> , ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), seler gotowany 130 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> , ), pasta z wędliny drob. 100 g , marchewka gotowana 100 g , 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.: 2268.46 kcal; Białko ogółem: 99.31 g; Tłuszcz: 82.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.21 g; Węglowodany ogółem: 284.33 g; suma cukrów prostych: 35.86 g; Błonnik pokarmowy: 27.59 g; Sól: 6.63 g; WW: 26.03 Por; Cholesterol: 223.01 mg;

czwartek 2024-06-27			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> , ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń chińska drobiowa 120 g ( <u>JAJ</u> , ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), 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 jarzynowa 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</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> , ), papryka świeża 100 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1797.35 kcal; Białko ogółem: 70.16 g; Tłuszcz: 62.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.96 g; Węglowodany ogółem: 243.61 g; suma cukrów prostych: 29.81 g; Błonnik pokarmowy: 33.74 g; Sól: 4.46 g; WW: 21.18 Por; Cholesterol: 189.79 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-06-27		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń chińska drobiowa 120 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <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> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2162.03 kcal; Białko ogółem: 79.01 g; Tłuszcz: 91.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.78 g; Węglowodany ogółem: 269.25 g; suma cukrów prostych: 31.44 g; Błonnik pokarmowy: 37.28 g; Sól: 5.18 g; WW: 23.39 Por; Cholesterol: 245.59 mg;

czwartek 2024-06-27		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 b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń chińska drobiowa 120 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , marchewka gotowana 100 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1980.54 kcal; Białko ogółem: 65.96 g; Tłuszcz: 53.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.79 g; Węglowodany ogółem: 312.02 g; suma cukrów prostych: 59.65 g; Błonnik pokarmowy: 22.35 g; Sól: 4.18 g; WW: 29.29 Por; Cholesterol: 125.94 mg;

czwartek 2024-06-27		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> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 300 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gołąbek siekany z mięsa wp. 90 g ( <u>JAJ</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g , dżem owocowy 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2096.95 kcal; Białko ogółem: 69 g; Tłuszcz: 79.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.62 g; Węglowodany ogółem: 290.07 g; suma cukrów prostych: 39.89 g; Błonnik pokarmowy: 42.17 g; Sól: 5.45 g; WW: 25.03 Por; Cholesterol: 146.79 mg;

czwartek 2024-06-27		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 ,	kałafiorowa 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 ,
<b>II Śniadanie:</b> gruszka 300 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> 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;

czwartek 2024-06-27		Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN
chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gołąbek siekany z mięsa wp. 90 g ( <u>JAJ</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2105.75 kcal; Białko ogółem: 68.74 g; Tłuszcz: 110.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.01 g; Węglowodany ogółem: 207.7 g; suma cukrów prostych: 33.23 g; Błonnik pokarmowy: 12.29 g; Sól: 2.26 g; WW: 19.63 Por; Cholesterol: 244.65 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-06-27			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> ), sałata zielona 8g 8 g , miód 2 szt. 50 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Goląbek siekany z mięsa wp. 90 g ( <u>JAJ</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml , wędlina 30g 30 g ,			
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 5g 5 g , dżem owocowy 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2146.41 kcal; Białko ogółem: 66.66 g; Tłuszcz: 98.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.27 g; Węglowodany ogółem: 248.65 g; suma cukrów prostych: 33.83 g; Błonnik pokarmowy: 14.85 g; Sól: 1.52 g; WW: 23.56 Por; Cholesterol: 148.39 mg;

czwartek 2024-06-27			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń chińska drobiowa 120 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ, SEL</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 warzyw i szynki drobiowej 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2092.73 kcal; Białko ogółem: 81.25 g; Tłuszcz: 105.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.05 g; Węglowodany ogółem: 206.34 g; suma cukrów prostych: 19.8 g; Błonnik pokarmowy: 12.99 g; Sól: 1.39 g; WW: 19.46 Por; Cholesterol: 196.72 mg;

czwartek 2024-06-27			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> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń chińska drobiowa 120 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , seler gotowany 13 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g , Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2011.89 kcal; Białko ogółem: 69.62 g; Tłuszcz: 79.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.37 g; Węglowodany ogółem: 260.97 g; suma cukrów prostych: 36.06 g; Błonnik pokarmowy: 37.46 g; Sól: 7.29 g; WW: 22.5 Por; Cholesterol: 128.84 mg;

czwartek 2024-06-27			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> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń chińska drobiowa 120 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ, SEL</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 warzyw i szynki drobiowej 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2127.08 kcal; Białko ogółem: 72 g; Tłuszcz: 108.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.74 g; Węglowodany ogółem: 218.88 g; suma cukrów prostych: 24.75 g; Błonnik pokarmowy: 19.27 g; Sól: 3.04 g; WW: 20.05 Por; Cholesterol: 125.94 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-06-27 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> , _ ), Pasta warzywna 100 g ( <u>SEL</u> , _ ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _ ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń chińska drobiowa 50 g ( <u>JAJ</u> , _ ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _ ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> , _ ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 20g 20 g ( <u>MLE</u> , _ ), wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , _ ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> , _ ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1996.07 kcal; Białko ogółem: 45.58 g; Tłuszcz: 74.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.53 g; Węglowodany ogółem: 276.47 g; suma cukrów prostych: 27.56 g; Błonnik pokarmowy: 17.19 g; Sól: 3.33 g; WW: 26.09 Por; Cholesterol: 174.1 mg;

czwartek 2024-06-27 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</u> , <u>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;

czwartek 2024-06-27 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _ ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	pomidorowa z makaronem drobnym- dieta b/ml 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , _ ), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _ ), surówka z marchwi i jabłka - dieta 100 g ( <u>MLE</u> , _ ), Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> , _ ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , _ ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> , _ ), sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> , _ ), masło 82% tł. 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;

czwartek 2024-06-27 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;



## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-06-27			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), marchewki słupki - gotowane 100 g, ser żółty plastry - 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, zacierka na mleku 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami -ots 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem - ots 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, pomidor b/skóry - ots 100 g, jajko gotowane ots 50 g ( <u>JAJ</u> ), majonez saszetka 15 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml,			
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt ots 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), herbatniki pakowane po 100g 1 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SO2, może zawierać: JAJ, ORZ, SEZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3154.58 kcal; Białko ogółem: 128.87 g; Tłuszcz: 123.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.11 g; Węglowodany ogółem: 377.19 g; suma cukrów prostych: 103.4 g; Błonnik pokarmowy: 31.48 g; Sól: 6.93 g; WW: 34.74 Por; Cholesterol: 594.14 mg;

czwartek 2024-06-27			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), ser żółty plastry - 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ), marchewki słupki - gotowane 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, zacierka na mleku 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane ots 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta ots 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy ots 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), kalfior gotowany z olejem ots 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, pomidor b/skóry - ots 100 g, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, majonez saszetka 30 g ( <u>JAJ</u> ),			
		<b>Posiłek nocny:</b> serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2791.41 kcal; Białko ogółem: 155.74 g; Tłuszcz: 133.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 55 g; Węglowodany ogółem: 265.06 g; suma cukrów prostych: 44.3 g; Błonnik pokarmowy: 28.58 g; Sól: 7.45 g; WW: 23.78 Por; Cholesterol: 921.29 mg;

czwartek 2024-06-27			Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu		
chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g,	chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g,	chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g,			

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

czwartek 2024-06-27			Jadłospis dla diety: Ścisła 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;

czwartek 2024-06-27			Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1365.24 kcal; Białko ogółem: 38 g; Tłuszcz: 12.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.55 g; Węglowodany ogółem: 274.1 g; suma cukrów prostych: .35 g; Błonnik pokarmowy: 10.59 g; Sól: .56 g; WW: 26.33 Por; Cholesterol: 0 mg;

czwartek 2024-06-27			Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ),	grysikowa 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,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, grysikowa 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ),			

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

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-06-27 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;

czwartek 2024-06-27 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</u> , <u>MLE</u> , ), cukinia gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> , ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> , ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , ), kakao proszek 30 g , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> , ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2193.65 kcal; Białko ogółem: 80 g; Tłuszcz: 58.49 g; Kw.łł.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;

czwartek 2024-06-27 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.łł.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;

czwartek 2024-06-27 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-żył. 100 g ( <u>GLU</u> , ),	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> , ), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez selera) 200 g ( <u>GLU</u> , ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt ,	chleb mieszany psz-żył. 100 g ( <u>GLU</u> , ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), filet z indyka gotowany 100 g , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: gruszka 300 g ,		Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g , kasza manna na mleku 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2001.88 kcal; Białko ogółem: 78.66 g; Tłuszcz: 67.08 g; Kw.łł.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;

czwartek 2024-06-27 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 250 g , Gołąbek siekany z mięsa wp. 90 g ( <u>JAJ</u> , ), Gołąbek siekany z mięsa wp. 90 g ( <u>JAJ</u> , ), surówka z selera 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 945.67 kcal; Białko ogółem: 41.92 g; Tłuszcz: 32.99 g; Kw.łł.nas.ogółem: 9.07 g; Węglowodany ogółem: 114.87 g; suma cukrów prostych: 18.44 g; Błonnik pokarmowy: 14.58 g; Sól: 1.53 g; WW: 10.16 Por; Cholesterol: 200.46 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-06-27			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń chińska drobiowa 120 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 130 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> ), sałatka jarzynowa - dieta 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jabłko 150 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2379.47 kcal; Białko ogółem: 93.31 g; Tłuszcz: 76.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.08 g; Węglowodany ogółem: 326.91 g; suma cukrów prostych: 62.28 g; Błonnik pokarmowy: 32.83 g; Sól: 4.63 g; WW: 29.8 Por; Cholesterol: 261.01 mg;

czwartek 2024-06-27			Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń chińska drobiowa 120 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <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> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: Brzoskwinia 150 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2311.3 kcal; Białko ogółem: 77.16 g; Tłuszcz: 89.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.42 g; Węglowodany ogółem: 303.07 g; suma cukrów prostych: 62.59 g; Błonnik pokarmowy: 38.4 g; Sól: 6.17 g; WW: 26.67 Por; Cholesterol: 253.99 mg;

czwartek 2024-06-27			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> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , ratatouille 300 g , surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), 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 jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</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> ), dżem owocowy 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2242.69 kcal; Białko ogółem: 66.38 g; Tłuszcz: 82.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.63 g; Węglowodany ogółem: 317.68 g; suma cukrów prostych: 62.5 g; Błonnik pokarmowy: 43.93 g; Sól: 6.28 g; WW: 27.63 Por; Cholesterol: 191.31 mg;

czwartek 2024-06-27			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Herbata czarna z/c 400 ml , dżem owocowy 50 g , jabłko 150 g ,	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , ratatouille 300 g , kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , Herbata czarna z/c 400 ml , Pasta z ciecierzycy z warzywami 150 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 50 g ,			
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1845.3 kcal; Białko ogółem: 46.15 g; Tłuszcz: 44.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.07 g; Węglowodany ogółem: 323.73 g; suma cukrów prostych: 111.18 g; Błonnik pokarmowy: 41.35 g; Sól: 3.83 g; WW: 28.42 Por; Cholesterol: 14.81 mg;

czwartek 2024-06-27			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń chińska drobiowa 120 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 130 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> ), sałatka jarzynowa - dieta 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2721.51 kcal; Białko ogółem: 103.99 g; Tłuszcz: 85.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.5 g; Węglowodany ogółem: 383.8 g; suma cukrów prostych: 66.17 g; Błonnik pokarmowy: 24.12 g; Sól: 5.18 g; WW: 36.39 Por; Cholesterol: 285.81 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-06-27			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń chińska drobiowa 120 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń chińska drobiowa 120 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 130 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> ), sałatka jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2604.73 kcal; Białko ogółem: 96.96 g; Tłuszcz: 101.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.9 g; Węglowodany ogółem: 322.59 g; suma cukrów prostych: 56.29 g; Błonnik pokarmowy: 41.83 g; Sól: 8.97 g; WW: 28.3 Por; Cholesterol: 262.71 mg;

czwartek 2024-06-27			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Gołąbek siekany z mięsa wp. 90 g ( <u>JAJ</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), 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 jarzynowa 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), wędlina 30g 30 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2876.8 kcal; Białko ogółem: 99.23 g; Tłuszcz: 101.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.51 g; Węglowodany ogółem: 390.97 g; suma cukrów prostych: 65.5 g; Błonnik pokarmowy: 42.68 g; Sól: 6.93 g; WW: 35.22 Por; Cholesterol: 286.01 mg;