

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>sobota 2024-06-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka konserwowa 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	zupa pieczarkowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), .mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2366.65 kcal; Białko ogółem: 97.06 g; Tłuszcz: 91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.65 g; Węglowodany ogółem: 305.1 g; suma cukrów prostych: 57.66 g; Błonnik pokarmowy: 32.43 g; Sól: 6.34 g; WW: 27.67 Por; Cholesterol: 894.88 mg;

<b>sobota 2024-06-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka konserwowa 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	zupa pieczarkowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), .mizeria 130 g ( <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2615.5 kcal; Białko ogółem: 109.51 g; Tłuszcz: 96.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.63 g; Węglowodany ogółem: 342.74 g; suma cukrów prostych: 70.99 g; Błonnik pokarmowy: 33.6 g; Sól: 6.62 g; WW: 31.34 Por; Cholesterol: 914.88 mg;

<b>sobota 2024-06-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka konserwowa 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2411.1 kcal; Białko ogółem: 101.93 g; Tłuszcz: 91.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.93 g; Węglowodany ogółem: 308.65 g; suma cukrów prostych: 69.58 g; Błonnik pokarmowy: 30.02 g; Sól: 6.5 g; WW: 28.03 Por; Cholesterol: 905.83 mg;

<b>sobota 2024-06-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 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> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> drożdżówka 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2543.66 kcal; Białko ogółem: 100.17 g; Tłuszcz: 94.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.06 g; Węglowodany ogółem: 333.94 g; suma cukrów prostych: 73.63 g; Błonnik pokarmowy: 22.68 g; Sól: 5.36 g; WW: 31.31 Por; Cholesterol: 927.43 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyłt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), papryka konserwowa 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa pieczarkowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb mieszany psz.-żyłt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, seler gotowany 50 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2768.87 kcal; Białko ogółem: 110.61 g; Tłuszcz: 85.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.39 g; Węglowodany ogółem: 408.08 g; suma cukrów prostych: 87.57 g; Błonnik pokarmowy: 39.63 g; Sól: 6.99 g; WW: 37.1 Por; Cholesterol: 398.88 mg;

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 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> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2543.66 kcal; Białko ogółem: 100.17 g; Tłuszcz: 94.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.06 g; Węglowodany ogółem: 333.94 g; suma cukrów prostych: 73.63 g; Błonnik pokarmowy: 22.68 g; Sól: 5.36 g; WW: 31.31 Por; Cholesterol: 927.43 mg;

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z koperkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2623.11 kcal; Białko ogółem: 111.25 g; Tłuszcz: 92.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.99 g; Węglowodany ogółem: 344.04 g; suma cukrów prostych: 70.99 g; Błonnik pokarmowy: 17.79 g; Sól: 5.94 g; WW: 32.91 Por; Cholesterol: 911.43 mg;

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z koperkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), miód 25 g,		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2909.41 kcal; Białko ogółem: 115.6 g; Tłuszcz: 101.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.61 g; Węglowodany ogółem: 391.89 g; suma cukrów prostych: 72.63 g; Błonnik pokarmowy: 19.14 g; Sól: 6.52 g; WW: 37.62 Por; Cholesterol: 936.23 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-06-29			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 mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z białek jaj z kop. 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: chleb razowy 30g 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g,	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2489.82 kcal; Białko ogółem: 108.15 g; Tłuszcz: 101.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.62 g; Węglowodany ogółem: 303 g; suma cukrów prostych: 33.62 g; Błonnik pokarmowy: 37.21 g; Sól: 7.46 g; WW: 26.77 Por; Cholesterol: 1066.87 mg;

sobota 2024-06-29			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 mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z białek jaj z kop. 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: papryka świeża 100 g,		Posiłek nocny: ogórek świeży 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1926.83 kcal; Białko ogółem: 92.77 g; Tłuszcz: 66.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.96 g; Węglowodany ogółem: 253.19 g; suma cukrów prostych: 26.41 g; Błonnik pokarmowy: 30.93 g; Sól: 5.3 g; WW: 22.42 Por; Cholesterol: 962.04 mg;

sobota 2024-06-29			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 do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z białek jaj z kop. 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), sok owocowy 200ml 200 g, arbuz 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, wędlina 30g 30 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2634.94 kcal; Białko ogółem: 112.98 g; Tłuszcz: 102.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.68 g; Węglowodany ogółem: 334.22 g; suma cukrów prostych: 58.75 g; Błonnik pokarmowy: 39.43 g; Sól: 7.63 g; WW: 29.63 Por; Cholesterol: 1078.27 mg;

sobota 2024-06-29			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 mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa pieczarkowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z białek jaj z kop. 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 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> ), ogórek świeży 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2111.29 kcal; Białko ogółem: 102.14 g; Tłuszcz: 76.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.8 g; Węglowodany ogółem: 269.24 g; suma cukrów prostych: 31.7 g; Błonnik pokarmowy: 34.6 g; Sól: 6.56 g; WW: 23.67 Por; Cholesterol: 993.94 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
zacierka 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 do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), papryka konserwowa 50 g, salata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa pieczarkowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z białek jaj z kop. 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), salata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g,	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2769.82 kcal; Białko ogółem: 124.14 g; Tłuszcz: 112.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 54.6 g; Węglowodany ogółem: 333.72 g; suma cukrów prostych: 48.91 g; Błonnik pokarmowy: 39.16 g; Sól: 8.53 g; WW: 29.72 Por; Cholesterol: 1117.27 mg;

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z wędliny drob. 50 g, seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2055.82 kcal; Białko ogółem: 106.69 g; Tłuszcz: 42.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.7 g; Węglowodany ogółem: 322.51 g; suma cukrów prostych: 39.93 g; Błonnik pokarmowy: 25.05 g; Sól: 5.32 g; WW: 29.92 Por; Cholesterol: 214 mg;

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120g 120 g, masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Leczo wegetariańskie 300 g, .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb PKU 120g 120 g, masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z brokułu 100 g, pomidor 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb PKU 30g 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2101.2 kcal; Białko ogółem: 49.8 g; Tłuszcz: 79.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.04 g; Węglowodany ogółem: 297.64 g; suma cukrów prostych: 37.87 g; Błonnik pokarmowy: 14.48 g; Sól: 1.33 g; WW: 28.45 Por; Cholesterol: 401.81 mg;

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), pasta z białek jaj z kop. 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), miód 2 szt. 50 g,		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2406.6 kcal; Białko ogółem: 101.1 g; Tłuszcz: 52.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 12.3 g; Węglowodany ogółem: 392.92 g; suma cukrów prostych: 73.03 g; Błonnik pokarmowy: 24.94 g; Sól: 6.05 g; WW: 37.21 Por; Cholesterol: 910.04 mg;

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z białek jaj z kop. 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml, biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2467.38 kcal; Białko ogółem: 99.8 g; Tłuszcz: 78.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.53 g; Węglowodany ogółem: 351.9 g; suma cukrów prostych: 86.78 g; Błonnik pokarmowy: 23.45 g; Sól: 5.5 g; WW: 33.16 Por; Cholesterol: 1059.97 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)			
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka konserwowa 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		zupa pieczarkowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,		chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),				Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2778.52 kcal; Białko ogółem: 118.44 g; Tłuszcz: 101.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.38 g; Węglowodany ogółem: 365.17 g; suma cukrów prostych: 80.87 g; Błonnik pokarmowy: 34.57 g; Sól: 7.1 g; WW: 33.37 Por; Cholesterol: 931.43 mg;

sobota 2024-06-29			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;

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Papkowata			
papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		papkowata - obiad 650 ml,		papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),				Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),		

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

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona			
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drobi i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,		grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,		Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z białek jaj z kop. 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,		
				Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2758.2 kcal; Białko ogółem: 111.25 g; Tłuszcz: 92.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.8 g; Węglowodany ogółem: 380.65 g; suma cukrów prostych: 82.63 g; Błonnik pokarmowy: 24.19 g; Sól: 5.74 g; WW: 36.01 Por; Cholesterol: 1012.72 mg;

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów			
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drobi i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,		Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z białek jaj z kop. 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: jogurt naturalny 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> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2817.36 kcal; Białko ogółem: 115.06 g; Tłuszcz: 112.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.69 g; Węglowodany ogółem: 346.58 g; suma cukrów prostych: 29.04 g; Błonnik pokarmowy: 26.11 g; Sól: 6.75 g; WW: 32.38 Por; Cholesterol: 1051.27 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drobi i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa piecarkowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z białek jaj z kop. 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: arbuz 200 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1745.77 kcal; Białko ogółem: 83.43 g; Tłuszcz: 61.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.76 g; Węglowodany ogółem: 227.34 g; suma cukrów prostych: 33.52 g; Błonnik pokarmowy: 27.37 g; Sól: 5.01 g; WW: 20.09 Por; Cholesterol: 632.62 mg;

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drobi i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa piecarkowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67g ( <u>MLE</u> ), pasta z białek jaj z kop. 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2196.57 kcal; Białko ogółem: 99.17 g; Tłuszcz: 91.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.34 g; Węglowodany ogółem: 260.34 g; suma cukrów prostych: 25.73 g; Błonnik pokarmowy: 34.6 g; Sól: 6.85 g; WW: 22.82 Por; Cholesterol: 1036.77 mg;

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z mięsa drobi i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml, buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2251.77 kcal; Białko ogółem: 90.53 g; Tłuszcz: 71.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 10.46 g; Węglowodany ogółem: 322.6 g; suma cukrów prostych: 69.08 g; Błonnik pokarmowy: 23.47 g; Sól: 5.18 g; WW: 30.23 Por; Cholesterol: 767.8 mg;

sobota 2024-06-29			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> ), pasta z mięsa drobi i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), margaryna 15 g, sałata zielona 8g 8 g, papryka konserwowa 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml, buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2297.75 kcal; Białko ogółem: 89.68 g; Tłuszcz: 79.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 10.76 g; Węglowodany ogółem: 322.46 g; suma cukrów prostych: 49.71 g; Błonnik pokarmowy: 34.1 g; Sól: 5.82 g; WW: 29.08 Por; Cholesterol: 768.8 mg;

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g, Pulpet z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 Por, ogórek świeży 150 g, Herbata czarna z/c 250 ml, wafle ryżowe 40 g,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g, ziemniaki gotowane 200 g, mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g, surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g, Herbata czarna z/c 250 ml,			
II Śniadanie: banan 200 g, marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml,		Posiłek nocny: płatki owsiane na wodzie 200 ml ( <u>GLU</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g,			

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

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka konserwowa 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj ze szczyptką 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2230.6 kcal; Białko ogółem: 91.57 g; Tłuszcz: 110.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.18 g; Węglowodany ogółem: 224 g; suma cukrów prostych: 44.53 g; Błonnik pokarmowy: 8.46 g; Sól: 2.84 g; WW: 21.65 Por; Cholesterol: 875.46 mg;

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , pasta z mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), margaryna 15 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka konserwowa 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , szpinak gotowany b/glut, b/ml 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , pasta z jaj ze szczyptką 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2101.38 kcal; Białko ogółem: 88.64 g; Tłuszcz: 105.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.52 g; Węglowodany ogółem: 206.38 g; suma cukrów prostych: 36.11 g; Błonnik pokarmowy: 8.43 g; Sól: 2.25 g; WW: 19.97 Por; Cholesterol: 765.03 mg;

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykl. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka konserwowa 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj ze szczyptką 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2333.62 kcal; Białko ogółem: 100.8 g; Tłuszcz: 125.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.46 g; Węglowodany ogółem: 208.25 g; suma cukrów prostych: 21.38 g; Błonnik pokarmowy: 8.69 g; Sól: 3.04 g; WW: 20.03 Por; Cholesterol: 912.26 mg;

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka konserwowa 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	gryskowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z jaj ze szczyptką 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , ogórek świeży 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2451.17 kcal; Białko ogółem: 97.72 g; Tłuszcz: 92.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 10.96 g; Węglowodany ogółem: 329.12 g; suma cukrów prostych: 34.02 g; Błonnik pokarmowy: 44.29 g; Sól: 8.65 g; WW: 28.68 Por; Cholesterol: 771.55 mg;

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , pasta z mięsa drob i warzyw 100 g ( <u>SEL</u> ), margaryna 15 g , sałata zielona 8g 8 g , papryka konserwowa 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy b/glut 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , szpinak gotowany b/glut, b/ml 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , pasta z jaj ze szczyptką 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 15 g , ogórek świeży 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2201 kcal; Białko ogółem: 93.78 g; Tłuszcz: 121.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.69 g; Węglowodany ogółem: 192.77 g; suma cukrów prostych: 14.4 g; Błonnik pokarmowy: 11.96 g; Sól: 3.66 g; WW: 18.26 Por; Cholesterol: 765.03 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka konserwowa 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	zupa pieczarkowa jarska 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Leczo wegetariańskie 300 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
			Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2165.15 kcal; Białko ogółem: 76.47 g; Tłuszcz: 85.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.56 g; Węglowodany ogółem: 288.25 g; suma cukrów prostych: 59.48 g; Błonnik pokarmowy: 33.32 g; Sól: 6.05 g; WW: 25.88 Por; Cholesterol: 752.63 mg;

sobota 2024-06-29			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, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 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, 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;

sobota 2024-06-29			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, MLE, SEL</u> ), Ryż biały na sypko 100 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), cukinia gotowana 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	makaron z białym serem 400 g ( <u>GLU, JAJ, 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, MLE</u> ), Mus z truskawek 200 g ,			Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI, 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;

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), kleik ryżowy na wodzie 250 ml ,	zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,		

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

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
chleb graham OTS 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka grahamka ots 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), kielbasa biała - ots 120 g , ketchup saszetka ots 1 szt ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , dynia gotowana ots 100 g , kasza kukurydziana na mleku OTS 400 g ( <u>MLE</u> ),	zupa neapolitańska ots 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki gotowane z tłuszczem ots 200 g ( <u>MLE</u> ), Gołąbek siekany z mięsa wp. ots 90 g ( <u>JAJ</u> ), sos pomidorowy ots 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku ots 200 g ( <u>RYB, SEL</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
			Posiłek nocny: bułka maślana ots 1 szt ( <u>GLU, MLE</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), miód 1szt ots 25 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3108.93 kcal; Białko ogółem: 128.71 g; Tłuszcz: 135.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 51.29 g; Węglowodany ogółem: 356.1 g; suma cukrów prostych: 47.03 g; Błonnik pokarmowy: 27.07 g; Sól: 7.63 g; WW: 32.86 Por; Cholesterol: 328.01 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-06-29			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> ), kiełbasa śląska -ots 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup saszetka 1 szt ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , dynia gotowana - ots 100 g , kasza kukurydziana na mleku ots 400 g ( <u>MLE</u> ),	zupa neapolitańska - ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane z tłuszczem - ots 200 g ( <u>MLE</u> ), gołąbki zawijane z kapustą - ots 240 g , sos pomidorowy - ots 100 ml ( <u>MLE</u> ), brokuły gotowane z tłuszczem ots 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), ryba po grecku ots 200 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
			Posiłek nocny: chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob i warzyw ots 100 g ( <u>SEL</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2935.4 kcal; Białko ogółem: 140.81 g; Tłuszcz: 129.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 53.9 g; Węglowodany ogółem: 316.17 g; suma cukrów prostych: 43.72 g; Błonnik pokarmowy: 32.39 g; Sól: 9.23 g; WW: 28.27 Por; Cholesterol: 388.93 mg;

sobota 2024-06-29			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;

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

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

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

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

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

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

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

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

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <b>MLE</b> ), chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 5 g ( <b>MLE</b> ), 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 ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/ml 100 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), cukinia gotowana 150 g ,		Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 50g 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 5 g ( <b>MLE</b> ), jajko gotowane 50 g ( <b>JAJ</b> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	
II Śniadanie: suchary 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), kakao proszek 30 g , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,				Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g ( <b>OZI, ORZ</b> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml ,	

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

sobota 2024-06-29			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 ( <b>GLU</b> ), 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;

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Pokrzywka		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), twaróg 100 g ( <b>MLE</b> ), 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 ( <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 ,	
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,				Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g ( <b>MLE</b> ),	

**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;

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
		zupa pieczarkowa 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), buraczki duszone 130 g ( <b>GLU, MLE</b> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 919.78 kcal; Białko ogółem: 51.97 g; Tłuszcz: 26.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.56 g; Węglowodany ogółem: 122.1 g; suma cukrów prostych: 13.16 g; Błonnik pokarmowy: 9.58 g; Sól: 1.67 g; WW: 11.35 Por; Cholesterol: 277.75 mg;

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
zacierka na mleku 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <b>MLE, SEL, może zawierać: GOR</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), buraczki duszone 130 g ( <b>GLU, MLE</b> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,		grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <b>GLU, SEL, może zawierać: GOR</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), buraczki duszone 130 g ( <b>GLU, MLE</b> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,		chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16.67g 16.67 g ( <b>MLE</b> ), pasta z jaj z koperkiem 100 g ( <b>JAJ</b> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <b>MLE</b> ),				Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2713.11 kcal; Białko ogółem: 117.7 g; Tłuszcz: 95.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.78 g; Węglowodany ogółem: 353.34 g; suma cukrów prostych: 77.29 g; Błonnik pokarmowy: 17.79 g; Sól: 6.18 g; WW: 33.81 Por; Cholesterol: 923.43 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka konserwowa 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	zupa pieczarkowa jarska 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Leczo wegetariańskie 300 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,			
<b>Wartości odżywcze:</b> Wart.energ.: 2165.15 kcal; Białko ogółem: 76.47 g; Tłuszcz: 85.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.56 g; Węglowodany ogółem: 288.25 g; suma cukrów prostych: 59.48 g; Błonnik pokarmowy: 33.32 g; Sól: 6.05 g; WW: 25.88 Por; Cholesterol: 752.63 mg;					

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z brokułu 100 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut jarska 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g , buraczki duszone b/glu b/ml 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml , Leczo wegetariańskie 300 g ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , margaryna 15 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ),			
		Posiłek nocny: jabłko 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,			
<b>Wartości odżywcze:</b> Wart.energ.: 2024.91 kcal; Białko ogółem: 47.33 g; Tłuszcz: 60.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.07 g; Węglowodany ogółem: 340.1 g; suma cukrów prostych: 85.69 g; Błonnik pokarmowy: 48.09 g; Sól: 4.5 g; WW: 29.35 Por; Cholesterol: 1 mg;					

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	gryskowa z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , seler gotowany 50 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,			
<b>Wartości odżywcze:</b> Wart.energ.: 2688.04 kcal; Białko ogółem: 109.56 g; Tłuszcz: 79.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.63 g; Węglowodany ogółem: 393.94 g; suma cukrów prostych: 84.01 g; Błonnik pokarmowy: 22.04 g; Sól: 5.7 g; WW: 37.41 Por; Cholesterol: 390.88 mg;					

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), papryka konserwowa 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	zupa pieczarkowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), seler gotowany 50 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek kiszony 50 g , ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser wędzony 30 g ( <u>MLE</u> ),			
<b>Wartości odżywcze:</b> Wart.energ.: 3045.21 kcal; Białko ogółem: 133.52 g; Tłuszcz: 132.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 58.53 g; Węglowodany ogółem: 348.39 g; suma cukrów prostych: 56.83 g; Błonnik pokarmowy: 41.45 g; Sól: 9.95 g; WW: 30.94 Por; Cholesterol: 1005.18 mg;					

sobota 2024-06-29			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
zacierka na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), papryka konserwowa 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	zupa pieczarkowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), buraczki duszone 130 g ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50g 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <u>JAJ</u> ), seler gotowany 50 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,			
<b>Wartości odżywcze:</b> Wart.energ.: 3002.85 kcal; Białko ogółem: 119 g; Tłuszcz: 107.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.02 g; Węglowodany ogółem: 408.57 g; suma cukrów prostych: 87.57 g; Błonnik pokarmowy: 39.63 g; Sól: 7.63 g; WW: 37.24 Por; Cholesterol: 954.43 mg;					