

Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2024-06-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), pasta z twarogu 100g (<u>MLE</u> , <u> </u>), dżem owocowy 25 g , rzodkiewka 40g 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u> </u> , <u> MLE</u> , <u> </u>),	selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u> </u> , <u> MLE</u> , <u> </u> , <u> SEL</u> , <u> </u>), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u> </u> , <u> JAJ</u> , <u> </u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), miód 2 szt. 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2368.56 kcal; Białko ogółem: 96.6 g; Tłuszcz: 82.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.49 g; Węglowodany ogółem: 347.43 g; suma cukrów prostych: 46.05 g; Błonnik pokarmowy: 42.06 g; Sól: 6.39 g; WW: 30.94 Por; Cholesterol: 262.85 mg;

niedziela 2024-06-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u> </u> , <u> MLE</u> , <u> </u>), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), dżem owocowy 25 g , rzodkiewka 40g 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u> </u> , <u> MLE</u> , <u> </u>),	selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u> </u> , <u> MLE</u> , <u> </u> , <u> SEL</u> , <u> </u>), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u> </u> , <u> JAJ</u> , <u> </u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), miód 2 szt. 50 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2573.31 kcal; Białko ogółem: 107.04 g; Tłuszcz: 87.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.51 g; Węglowodany ogółem: 377.26 g; suma cukrów prostych: 59.4 g; Błonnik pokarmowy: 43.73 g; Sól: 6.67 g; WW: 33.78 Por; Cholesterol: 282.85 mg;

niedziela 2024-06-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), dżem owocowy 25 g , rzodkiewka 40g 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u> </u> , <u> MLE</u> , <u> </u>),	selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u> </u> , <u> MLE</u> , <u> </u> , <u> SEL</u> , <u> </u>), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u> </u> , <u> JAJ</u> , <u> </u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u> , <u> </u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), miód 2 szt. 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2271.46 kcal; Białko ogółem: 97.8 g; Tłuszcz: 82.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.11 g; Węglowodany ogółem: 310.15 g; suma cukrów prostych: 47.73 g; Błonnik pokarmowy: 37.86 g; Sól: 6.09 g; WW: 27.56 Por; Cholesterol: 264.25 mg;

niedziela 2024-06-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u> , <u> </u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), pasta z twarogu 100g (<u>MLE</u> , <u> </u>), dżem owocowy 25 g , rzodkiewka 40g 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u> </u> , <u> MLE</u> , <u> </u>),	selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u> </u> , <u> MLE</u> , <u> </u> , <u> SEL</u> , <u> </u>), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u> </u> , <u> JAJ</u> , <u> </u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u> , <u> </u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: serek homogenizowany straciatella 200 g (<u>MLE</u> , <u> </u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u> , <u> </u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> , <u> </u>), miód 25 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2588.56 kcal; Białko ogółem: 118.58 g; Tłuszcz: 97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.04 g; Węglowodany ogółem: 340.06 g; suma cukrów prostych: 45.98 g; Błonnik pokarmowy: 27.61 g; Sól: 6.33 g; WW: 31.59 Por; Cholesterol: 317.85 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), cukinia gotowana 130 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>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany straciatella 200 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2865.77 kcal; Białko ogółem: 127.22 g; Tłuszcz: 103.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.2 g; Węglowodany ogółem: 390.51 g; suma cukrów prostych: 69.8 g; Błonnik pokarmowy: 40.9 g; Sól: 10.57 g; WW: 35.35 Por; Cholesterol: 338.35 mg;

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .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>), wędlina 50 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany straciatella 200 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 25 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2450.56 kcal; Białko ogółem: 119.57 g; Tłuszcz: 90.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40 g; Węglowodany ogółem: 319.33 g; suma cukrów prostych: 44.4 g; Błonnik pokarmowy: 27.61 g; Sól: 5.8 g; WW: 29.48 Por; Cholesterol: 296.1 mg;

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), cukinia gotowana 130 g , .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 , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2276.59 kcal; Białko ogółem: 105.7 g; Tłuszcz: 65.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.38 g; Węglowodany ogółem: 343.49 g; suma cukrów prostych: 63.64 g; Błonnik pokarmowy: 21.28 g; Sól: 8.98 g; WW: 32.6 Por; Cholesterol: 217.83 mg;

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), cukinia gotowana 130 g , .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 , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany straciatella 200 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2519.59 kcal; Białko ogółem: 124.75 g; Tłuszcz: 81.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.19 g; Węglowodany ogółem: 347.99 g; suma cukrów prostych: 66.64 g; Błonnik pokarmowy: 21.28 g; Sól: 9.16 g; WW: 33.1 Por; Cholesterol: 273.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), Ryż brązowy na sypko 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .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>), wędlina 50 g , pomidor 70 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>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>),	Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2419.68 kcal; Białko ogółem: 116.56 g; Tłuszcz: 84.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.61 g; Węglowodany ogółem: 329.17 g; suma cukrów prostych: 28.21 g; Błonnik pokarmowy: 46.27 g; Sól: 6.23 g; WW: 28.44 Por; Cholesterol: 185.23 mg;

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), Ryż brązowy na sypko 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: rzodkiewka 40g 40 g , Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1936.04 kcal; Białko ogółem: 104.12 g; Tłuszcz: 60.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.55 g; Węglowodany ogółem: 278.46 g; suma cukrów prostych: 24.96 g; Błonnik pokarmowy: 38.4 g; Sól: 4.95 g; WW: 24.12 Por; Cholesterol: 126.35 mg;

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), Ryż brązowy na sypko 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .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>), wędlina 50 g , pomidor 70 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>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>), ogórek świeży 50 g , jabłko 150 g , sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), ser wędzony 30 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2337.16 kcal; Białko ogółem: 109.32 g; Tłuszcz: 80.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.59 g; Węglowodany ogółem: 329.89 g; suma cukrów prostych: 65.38 g; Błonnik pokarmowy: 56.58 g; Sól: 6.07 g; WW: 27.48 Por; Cholesterol: 185.23 mg;

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), Ryż brązowy na sypko 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 70 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>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2240.4 kcal; Białko ogółem: 111.06 g; Tłuszcz: 70.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.31 g; Węglowodany ogółem: 329.07 g; suma cukrów prostych: 28.13 g; Błonnik pokarmowy: 46.27 g; Sól: 6.23 g; WW: 28.42 Por; Cholesterol: 152.15 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż brązowy na sypko 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .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>), ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), pomidor 70 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>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>),	Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2717.78 kcal; Białko ogółem: 122.55 g; Tłuszcz: 102.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.7 g; Węglowodany ogółem: 356.86 g; suma cukrów prostych: 40.98 g; Błonnik pokarmowy: 46.77 g; Sól: 7.56 g; WW: 31.17 Por; Cholesterol: 248.73 mg;

niedziela 2024-06-30			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. 5g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), cukinia gotowana 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2113.91 kcal; Białko ogółem: 135.67 g; Tłuszcz: 54.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.06 g; Węglowodany ogółem: 294.6 g; suma cukrów prostych: 35.6 g; Błonnik pokarmowy: 21.57 g; Sól: 11.46 g; WW: 27.56 Por; Cholesterol: 145.15 mg;

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
Herbata czarna b/c 400 ml , chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 50 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 50 g ,	selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , ratatouille 300 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb PKU 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb PKU 50g 30 g , Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb PKU 30g 30 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pomidor b/skóry 100 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2117.35 kcal; Białko ogółem: 51.87 g; Tłuszcz: 81.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.85 g; Węglowodany ogółem: 302.66 g; suma cukrów prostych: 35.26 g; Błonnik pokarmowy: 15.27 g; Sól: 1.11 g; WW: 28.88 Por; Cholesterol: 167.9 mg;

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), cukinia gotowana 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), miód 2 szt. 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2240.33 kcal; Białko ogółem: 110.93 g; Tłuszcz: 52.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.27 g; Węglowodany ogółem: 354.8 g; suma cukrów prostych: 57.88 g; Błonnik pokarmowy: 21.09 g; Sól: 9.52 g; WW: 33.66 Por; Cholesterol: 139.95 mg;

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), cukinia gotowana 130 g , .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 , włoszczyzna kostka gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2347.17 kcal; Białko ogółem: 106.43 g; Tłuszcz: 67.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 352.99 g; suma cukrów prostych: 70.04 g; Błonnik pokarmowy: 20.17 g; Sól: 9.06 g; WW: 33.6 Por; Cholesterol: 217.83 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
kasza manna na mleku 300 g (<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>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 25 g , rzodkiewka 40g 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 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>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany straciatella 200 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2808.66 kcal; Białko ogółem: 125.89 g; Tłuszcz: 104.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.32 g; Węglowodany ogółem: 379.52 g; suma cukrów prostych: 61.32 g; Błonnik pokarmowy: 42.56 g; Sól: 6.85 g; WW: 34.17 Por; Cholesterol: 338.35 mg;

niedziela 2024-06-30			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;

niedziela 2024-06-30			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;

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), cukinia gotowana 130 g , .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 warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>), wloszczyzna kostka gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 25 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2586.5 kcal; Białko ogółem: 106.99 g; Tłuszcz: 88.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.74 g; Węglowodany ogółem: 363.47 g; suma cukrów prostych: 68.91 g; Błonnik pokarmowy: 21.12 g; Sól: 9.39 g; WW: 34.52 Por; Cholesterol: 274.44 mg;

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), cukinia gotowana 130 g , .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 warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>), wloszczyzna kostka gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 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.: 2502.5 kcal; Białko ogółem: 114.48 g; Tłuszcz: 107.8 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.71 g; Węglowodany ogółem: 302.89 g; suma cukrów prostych: 22.64 g; Błonnik pokarmowy: 21.7 g; Sól: 9.65 g; WW: 28.39 Por; Cholesterol: 315.69 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż brązowy na sypko 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jabłko 150 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1687.53 kcal; Białko ogółem: 88.72 g; Tłuszcz: 46.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15 g; Węglowodany ogółem: 252.82 g; suma cukrów prostych: 40.38 g; Błonnik pokarmowy: 47.89 g; Sól: 4.61 g; WW: 20.66 Por; Cholesterol: 126.35 mg;

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g , dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż brązowy na sypko 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .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>), wędlina 50 g , pomidor 70 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2275.57 kcal; Białko ogółem: 103.92 g; Tłuszcz: 71.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.65 g; Węglowodany ogółem: 341.16 g; suma cukrów prostych: 63.79 g; Błonnik pokarmowy: 42.51 g; Sól: 5.64 g; WW: 30.05 Por; Cholesterol: 188.33 mg;

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>), dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	.selerowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , cukinia gotowana 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 50 g , woszczyzna kostka gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , miód 2 szt. 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2048.13 kcal; Białko ogółem: 74.46 g; Tłuszcz: 63.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.31 g; Węglowodany ogółem: 300.25 g; suma cukrów prostych: 47.73 g; Błonnik pokarmowy: 15.89 g; Sól: 11.42 g; WW: 28.67 Por; Cholesterol: 52.32 mg;

niedziela 2024-06-30			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 z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>), dżem owocowy 25 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	selerowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 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>), margaryna 15 g , wędlina 50 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , miód 2 szt. 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2170.46 kcal; Białko ogółem: 76.88 g; Tłuszcz: 78.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.75 g; Węglowodany ogółem: 309.49 g; suma cukrów prostych: 27.48 g; Błonnik pokarmowy: 38.4 g; Sól: 8.52 g; WW: 27.45 Por; Cholesterol: 98.14 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-30			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 ,		kafaflorowa 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>), woda n/g 0,5L 1 szt , surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g ,		wafle ryżowe 50 g , margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 Por , brokuł gotowany 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	
II Śniadanie: gruszka 300 g ,				Posiłek nocny: kasza jaglana na wodzie 200 ml , Mus z jabłek b/c 150 g ,	

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

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 25 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		.selerowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,		chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
				Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1891.63 kcal; Białko ogółem: 76.69 g; Tłuszcz: 87.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.98 g; Węglowodany ogółem: 226.28 g; suma cukrów prostych: 27.14 g; Błonnik pokarmowy: 12.59 g; Sól: 5.28 g; WW: 21.59 Por; Cholesterol: 182.35 mg;

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , Pasta z warzyw i szynki drobiowej 150 g (<u>SEL</u>), dżem owocowy 50 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		.selerowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,		chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
				Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 15 g , miód 2 szt. 50 g ,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2025.07 kcal; Białko ogółem: 75.48 g; Tłuszcz: 94.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.81 g; Węglowodany ogółem: 227.09 g; suma cukrów prostych: 29.09 g; Błonnik pokarmowy: 9.95 g; Sól: 4.5 g; WW: 21.9 Por; Cholesterol: 52.32 mg;

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		.selerowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,		chleb bezglutenowy 120g 120 g , masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>),				Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2095.29 kcal; Białko ogółem: 105.94 g; Tłuszcz: 108.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.07 g; Węglowodany ogółem: 212.99 g; suma cukrów prostych: 18.9 g; Błonnik pokarmowy: 13.07 g; Sól: 5.64 g; WW: 20.18 Por; Cholesterol: 237.85 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.selerowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , wędlina 50 g , pomidor 70 g , 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 15 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2157.06 kcal; Białko ogółem: 87.98 g; Tłuszcz: 75.67 g; Kw.łt.nas.ogółem: 3.12 g; Węglowodany ogółem: 304.01 g; suma cukrów prostych: 33.22 g; Błonnik pokarmowy: 43.85 g; Sól: 11.7 g; WW: 26.25 Por; Cholesterol: 56.08 mg;

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , Pasta z warzyw i szynki drobiowej 150 g (<u>SEL</u>), rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.selerowa z ziemniakami b/glut, b/ml 400 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120g 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30g 30 g , margaryna 15 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2104.98 kcal; Białko ogółem: 88.61 g; Tłuszcz: 103.44 g; Kw.łt.nas.ogółem: 2.23 g; Węglowodany ogółem: 216.95 g; suma cukrów prostych: 21.2 g; Błonnik pokarmowy: 13.83 g; Sól: 7.02 g; WW: 20.47 Por; Cholesterol: 52.32 mg;

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb mieszany psz.-żyłt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 25 g , rzodkiewka 40g 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	.selerowa z ziemniakami jarska 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , chilli con carne z tofu 300 g (<u>SOJ</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>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u>), pomidor 70 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2168.14 kcal; Białko ogółem: 72.8 g; Tłuszcz: 61.93 g; Kw.łt.nas.ogółem: 32.25 g; Węglowodany ogółem: 370.83 g; suma cukrów prostych: 59.56 g; Błonnik pokarmowy: 49.67 g; Sól: 5.9 g; WW: 32.55 Por; Cholesterol: 147.53 mg;

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<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 400 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.: 2206.25 kcal; Białko ogółem: 75.88 g; Tłuszcz: 52.28 g; Kw.łt.nas.ogółem: 16.34 g; Węglowodany ogółem: 279.29 g; suma cukrów prostych: 40.05 g; Błonnik pokarmowy: 33.63 g; Sól: 4.45 g; WW: 24.75 Por; Cholesterol: 212.34 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-30			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 8g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 10 g (<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;

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , _), kleik ryżowy na wodzie 250 ml ,		zupa ziemniaczana 400 g (<u>SEL</u> , _), ziemniaki gotowane 200 g , marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,		kleik ryżowy na wodzie 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , _), Herbata czarna b/c 200 ml ,	
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , _), Herbata czarna b/c 200 ml ,				Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , _), Herbata czarna b/c 200 ml ,	

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

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
płatki owsiane na mleku ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _), chleb graham ots 90 g (<u>GLU</u> , _), masło sztukowe 15g ots 1 szt (<u>MLE</u> , _), serek do smarowania OTS 80 g (<u>MLE</u> , _), pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		barszcz czerwony z ziemniakami ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), knedle ze śliwką ots 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , _), śmietana 18% ots 100 ml (<u>MLE</u> , _), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,		chleb graham ots 90 g (<u>GLU</u> , _), masło sztukowe 15g ots 1 szt (<u>MLE</u> , _), Herbata czarna b/c 250 ml , wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , włoszczyzna 3 skl. gotowana ots 100 g (<u>SEL</u> , _),	
				Posiłek nocny: herbatniki ots 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , _), serek wiejski - ots 200 g (<u>MLE</u> , _),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2776.86 kcal; Białko ogółem: 119.43 g; Tłuszcz: 119.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 64.93 g; Węglowodany ogółem: 306.12 g; suma cukrów prostych: 75.74 g; Błonnik pokarmowy: 24.29 g; Sól: 6.1 g; WW: 28.19 Por; Cholesterol: 445.81 mg;

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
płatki owsiane na mleku ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _), chleb graham 90 g (<u>GLU</u> , _), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u> , _), serek do smarowania OTS 80 g (<u>MLE</u> , _), pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		barszcz czerwony z ziemniakami ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , _), ziemniaki gotowane ots 200 g , Filet z kurczaka gotowany ots 80 g , bukiet warzyw mar./brok./kalaf. ots 150 g , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,		chleb graham 90 g (<u>GLU</u> , _), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u> , _), ser zółty plastry - 100g ots 1 szt (<u>MLE</u> , _), Herbata czarna b/c 250 ml , włoszczyzna 3 skl. gotowana ots 100 g (<u>SEL</u> , _),	
				Posiłek nocny: serek wiejski - ots 200 g (<u>MLE</u> , _), chleb graham 30 g (<u>GLU</u> , _), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u> , _),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2462.39 kcal; Białko ogółem: 136.99 g; Tłuszcz: 106.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 58.28 g; Węglowodany ogółem: 238.38 g; suma cukrów prostych: 39.78 g; Błonnik pokarmowy: 26.33 g; Sól: 8.53 g; WW: 21.21 Por; Cholesterol: 399.61 mg;

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Ściśła dla matek po cesarskim cięciu		
chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> , _), wędlina 50 g ,		chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> , _), wędlina 50 g ,		chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u> , _), wędlina 50 g ,	

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

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-30			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;

niedziela 2024-06-30			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;

niedziela 2024-06-30			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;

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>),	Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE, _</u>),			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>),		Posiłek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml (<u>MLE, _</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>),			

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

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE, _</u>), chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE, _</u>), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL, _</u>), Herbata czarna b/c 250 ml ,	grysikowa z ziemniakami - dieta 300 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU, JAJ, _</u>), sos koperkowy b/ml 100 ml (<u>GLU, MLE, _</u>), marchewka gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE, _</u>), jabłko pieczone 150 g , wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), kakao proszek 30 g ,		Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2018.04 kcal; Białko ogółem: 73.46 g; Tłuszcz: 51.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.28 g; Węglowodany ogółem: 234.51 g; suma cukrów prostych: 44.81 g; Błonnik pokarmowy: 34.93 g; Sól: 2.92 g; WW: 20.11 Por; Cholesterol: 209.39 mg;

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

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

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-30			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-żyt. 100 g (<u>GLU</u>),		kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g, ziemniaki gotowane 200 g, 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-żyt. 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), filet z indyka gotowany 100 g, brokuł gotowany 100 g, Herbata czarna z/c 250 ml,	
II Śniadanie: gruszka 300 g,				Posiłek nocny: Mus z jabłek z/c 150 g, kasza manna na mleku 200 g (<u>GLU, MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1853.06 kcal; Białko ogółem: 76.16 g; Tłuszcz: 64.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.9 g; Węglowodany ogółem: 256.81 g; suma cukrów prostych: 84.28 g; Błonnik pokarmowy: 48.68 g; Sól: 4.18 g; WW: 21.11 Por; Cholesterol: 710.25 mg;

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
		selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU, JAJ</u>), Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU, JAJ</u>), surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1030.88 kcal; Białko ogółem: 59.01 g; Tłuszcz: 45.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.47 g; Węglowodany ogółem: 100.56 g; suma cukrów prostych: 6.32 g; Błonnik pokarmowy: 10.51 g; Sól: 1.62 g; WW: 9.13 Por; Cholesterol: 211.96 mg;

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU, MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),		selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>), cukinia gotowana 130 g, 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, pomidor 100 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>), miód 2 szt. 50 g,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2356.09 kcal; Białko ogółem: 111.1 g; Tłuszcz: 68.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.38 g; Węglowodany ogółem: 343.49 g; suma cukrów prostych: 63.64 g; Błonnik pokarmowy: 21.28 g; Sól: 8.98 g; WW: 32.6 Por; Cholesterol: 217.83 mg;

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 25 g, rzodkiewka 40g 40 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),		selerowa z ziemniakami jarska 400 ml (<u>GLU, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, chilli con carne z tofu 300 g (<u>SOJ</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>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u>), pomidor 70 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
				Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2168.14 kcal; Białko ogółem: 72.8 g; Tłuszcz: 61.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.25 g; Węglowodany ogółem: 370.83 g; suma cukrów prostych: 59.56 g; Błonnik pokarmowy: 49.67 g; Sól: 5.9 g; WW: 32.55 Por; Cholesterol: 147.53 mg;

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, Herbata czarna z/c 400 ml, pasztet sojowy 113 g (<u>SOJ</u>), papryka świeża 70 g, sałata zielona 8g 8 g,		selerowa z ziemniakami jarska 400 ml (<u>GLU, SEL</u>), chilli con carne z tofu 300 g (<u>SOJ</u>), ryż 200 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 soczewicy 80 g (<u>SEL</u>), ogórek kiszony 100 g,	
				Posiłek nocny: gruszka 150 g,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2182.97 kcal; Białko ogółem: 64.38 g; Tłuszcz: 67.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.95 g; Węglowodany ogółem: 348.65 g; suma cukrów prostych: 57.14 g; Błonnik pokarmowy: 46.61 g; Sól: 5.33 g; WW: 30.39 Por; Cholesterol: 2.4 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna			
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb pszenny krojony 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g (<u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>), sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), cukinia gotowana 130 g , 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 , włoszczyzna kostka gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,		
II Śniadanie: serek homogenizowany straciatella 200 g (<u>MLE</u>),				Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g ,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2554.26 kcal; Białko ogółem: 125.48 g; Tłuszcz: 83.97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.25 g; Węglowodany ogółem: 348.51 g; suma cukrów prostych: 64.06 g; Błonnik pokarmowy: 20.17 g; Sól: 9.24 g; WW: 33.2 Por; Cholesterol: 273.33 mg;

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa			
kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), chleb razowy 120g 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16,67g 16,67 g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), cukinia gotowana 130 g , 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>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,		
II Śniadanie: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g (<u>SEL</u>),		Podwieczorek: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>),		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2927.22 kcal; Białko ogółem: 133.88 g; Tłuszcz: 113.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.38 g; Węglowodany ogółem: 368.28 g; suma cukrów prostych: 68.15 g; Błonnik pokarmowy: 41.45 g; Sól: 11.08 g; WW: 32.87 Por; Cholesterol: 309.55 mg;

niedziela 2024-06-30			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna			
kasza manna na mleku 300 g (<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>), pasta z twarogu 100 g (<u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), cukinia gotowana 130 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>), ser topiony 25 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g , włoszczyzna kostka gotowana 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,		
II Śniadanie: serek homogenizowany straciatella 200 g (<u>MLE</u>),				Posiłek nocny: chleb razowy 50g 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g ,		

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2865.77 kcal; Białko ogółem: 127.22 g; Tłuszcz: 103.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.2 g; Węglowodany ogółem: 390.51 g; suma cukrów prostych: 69.8 g; Błonnik pokarmowy: 40.9 g; Sól: 10.57 g; WW: 35.35 Por; Cholesterol: 338.35 mg;