

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>sobota 2024-07-06</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g , papryka konserwowa 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa owocowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos cygański 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2521.96 kcal; Białko ogółem: 86 g; Tłuszcz: 97 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.97 g; Węglowodany ogółem: 344.41 g; suma cukrów prostych: 68.71 g; Błonnik pokarmowy: 38.82 g; Sól: 7.76 g; WW: 30.89 Por; Cholesterol: 305.9 mg;

<b>sobota 2024-07-06</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g , papryka konserwowa 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa owocowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos cygański 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2753.3 kcal; Białko ogółem: 97.65 g; Tłuszcz: 103.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.28 g; Węglowodany ogółem: 376.43 g; suma cukrów prostych: 83.43 g; Błonnik pokarmowy: 42.31 g; Sól: 8.04 g; WW: 33.76 Por; Cholesterol: 325.9 mg;

<b>sobota 2024-07-06</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji</b>		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g , papryka konserwowa 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa owocowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos cygański 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2345.36 kcal; Białko ogółem: 81.8 g; Tłuszcz: 94.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.59 g; Węglowodany ogółem: 307.13 g; suma cukrów prostych: 70.39 g; Błonnik pokarmowy: 34.62 g; Sól: 7.46 g; WW: 27.51 Por; Cholesterol: 307.3 mg;

<b>sobota 2024-07-06</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g , papryka konserwowa 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa owocowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos cygański 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2657.96 kcal; Białko ogółem: 88.6 g; Tłuszcz: 95.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.75 g; Węglowodany ogółem: 373.21 g; suma cukrów prostych: 89.51 g; Błonnik pokarmowy: 27.42 g; Sól: 7.61 g; WW: 34.79 Por; Cholesterol: 305.9 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), papryka konserwowa 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa owocowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos cygański 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2848.91 kcal; Białko ogółem: 97.84 g; Tłuszcz: 105.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.38 g; Węglowodany ogółem: 396.49 g; suma cukrów prostych: 102.85 g; Błonnik pokarmowy: 41.48 g; Sól: 8.09 g; WW: 35.79 Por; Cholesterol: 325.9 mg;

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa owocowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2311.28 kcal; Białko ogółem: 95.81 g; Tłuszcz: 74.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.21 g; Węglowodany ogółem: 336.4 g; suma cukrów prostych: 70.07 g; Błonnik pokarmowy: 24.84 g; Sól: 4.83 g; WW: 31.46 Por; Cholesterol: 279.75 mg;

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa owocowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sałata z jogurtem 80 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, dynia gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2426 kcal; Białko ogółem: 96.35 g; Tłuszcz: 87.04 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.89 g; Węglowodany ogółem: 324.23 g; suma cukrów prostych: 72.84 g; Błonnik pokarmowy: 20.84 g; Sól: 5.76 g; WW: 30.64 Por; Cholesterol: 307.83 mg;

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa owocowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sałata z jogurtem 80 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, dynia gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2516 kcal; Białko ogółem: 96.75 g; Tłuszcz: 87.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.93 g; Węglowodany ogółem: 346.03 g; suma cukrów prostych: 94.04 g; Błonnik pokarmowy: 21.24 g; Sól: 5.77 g; WW: 32.74 Por; Cholesterol: 307.83 mg;

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka konserwowa 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa z brukselki z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Podwieczorek: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), hummus 55 g ( <u>SEZ</u> ), sałata zielona 8g 8g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2538.63 kcal; Białko ogółem: 119.46 g; Tłuszcz: 108.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50.99 g; Węglowodany ogółem: 301.78 g; suma cukrów prostych: 45.83 g; Błonnik pokarmowy: 45.47 g; Sól: 10.4 g; WW: 25.99 Por; Cholesterol: 350.2 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa z brukselki z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: ogórek świeży 100 g,		Posiłek nocny: sałata zielona 8g 8g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1852.17 kcal; Białko ogółem: 106.49 g; Tłuszcz: 66.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.15 g; Węglowodany ogółem: 233.66 g; suma cukrów prostych: 34.39 g; Błonnik pokarmowy: 34.98 g; Sól: 6.44 g; WW: 20.16 Por; Cholesterol: 266.52 mg;

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka konserwowa 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa z brukselki z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), arbuż 200 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), hummus 55 g ( <u>SEZ</u> ), sałata zielona 8g 8g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2460.35 kcal; Białko ogółem: 100.68 g; Tłuszcz: 105.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 49.81 g; Węglowodany ogółem: 304.58 g; suma cukrów prostych: 52.5 g; Błonnik pokarmowy: 41.95 g; Sól: 6.83 g; WW: 26.45 Por; Cholesterol: 341.5 mg;

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka konserwowa 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa z brukselki z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), hummus 55 g ( <u>SEZ</u> ), sałata zielona 8g 8g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2037.78 kcal; Białko ogółem: 90.77 g; Tłuszcz: 79.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.89 g; Węglowodany ogółem: 267.72 g; suma cukrów prostych: 36.2 g; Błonnik pokarmowy: 40.92 g; Sól: 7.85 g; WW: 22.97 Por; Cholesterol: 261.82 mg;

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka konserwowa 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa z brukselki z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Podwieczorek: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), hummus 55 g ( <u>SEZ</u> ), sałata zielona 8g 8g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2653.53 kcal; Białko ogółem: 114.71 g; Tłuszcz: 113.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 53.23 g; Węglowodany ogółem: 324.79 g; suma cukrów prostych: 51.74 g; Błonnik pokarmowy: 47.2 g; Sól: 9.45 g; WW: 28.09 Por; Cholesterol: 361.5 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ), Mus z jabłek prażonych 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, dynia gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2071.88 kcal; Białko ogółem: 98.25 g; Tłuszcz: 45.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 11.68 g; Węglowodany ogółem: 327.62 g; suma cukrów prostych: 51.06 g; Błonnik pokarmowy: 24.28 g; Sól: 7.36 g; WW: 30.58 Por; Cholesterol: 150.15 mg;

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa
chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, marchewka gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, dynia gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: chleb PKU 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2213.05 kcal; Białko ogółem: 55.03 g; Tłuszcz: 86.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.99 g; Węglowodany ogółem: 302.74 g; suma cukrów prostych: 22.98 g; Błonnik pokarmowy: 14.58 g; Sól: 3.81 g; WW: 28.98 Por; Cholesterol: 250.96 mg;

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Mus z jabłek prażonych 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	zupa owocowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, dynia gotowana 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g, biszkopty 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2289.33 kcal; Białko ogółem: 92.88 g; Tłuszcz: 51.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.99 g; Węglowodany ogółem: 383.75 g; suma cukrów prostych: 137.49 g; Błonnik pokarmowy: 23.41 g; Sól: 4.36 g; WW: 36.3 Por; Cholesterol: 281.34 mg;

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), Mus z jabłek prażonych 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	zupa owocowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, dynia gotowana 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	
		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2540.9 kcal; Białko ogółem: 106.41 g; Tłuszcz: 84.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.91 g; Węglowodany ogółem: 360.46 g; suma cukrów prostych: 110.54 g; Błonnik pokarmowy: 24.34 g; Sól: 4.76 g; WW: 33.98 Por; Cholesterol: 305.42 mg;

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka konserwowa 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa owocowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), Sos cygański 150 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2718.56 kcal; Białko ogółem: 93.95 g; Tłuszcz: 100.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.15 g; Węglowodany ogółem: 379.8 g; suma cukrów prostych: 84.48 g; Błonnik pokarmowy: 44.15 g; Sól: 10.18 g; WW: 33.94 Por; Cholesterol: 310.7 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u> </u> ),	płynna - obiad 600 ml ,	płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u> </u> ),			
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u> </u> ),				Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u> </u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2241.1 kcal; Białko ogółem: 127.07 g; Tłuszcz: 139.43 g; Kw.łt.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 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u> </u> ),	papkowata - obiad 650 ml ,	papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u> </u> ),			
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u> </u> ),				Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u> </u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2289.62 kcal; Białko ogółem: 128.24 g; Tłuszcz: 139.5 g; Kw.łt.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 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u> </u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , <u> </u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), Mus z jabłek prażonych 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u> </u> ),	zupa owocowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u> </u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u> </u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u> </u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> , <u> </u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> , <u> </u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , <u> </u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , dynia gotowana 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2790.92 kcal; Białko ogółem: 119.37 g; Tłuszcz: 97.16 g; Kw.łt.nas.ogółem: 42.62 g; Węglowodany ogółem: 381.45 g; suma cukrów prostych: 110.59 g; Błonnik pokarmowy: 24.94 g; Sól: 4.86 g; WW: 36.03 Por; Cholesterol: 305.42 mg;

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> , <u> </u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , <u> </u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), marchewka gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ryżowa 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u> </u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u> </u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u> </u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> , <u> </u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> , <u> </u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> , <u> </u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , dynia gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> , <u> </u> ),				Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> , <u> </u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2589.94 kcal; Białko ogółem: 120.87 g; Tłuszcz: 109.23 g; Kw.łt.nas.ogółem: 48.8 g; Węglowodany ogółem: 311.84 g; suma cukrów prostych: 29.69 g; Błonnik pokarmowy: 22.93 g; Sól: 7.23 g; WW: 29.32 Por; Cholesterol: 337.16 mg;

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> , <u> </u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), papryka konserwowa 50 g , salata zielona 8g 8g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z brukselki z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u> </u> ), ziemniaki gotowane 250 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u> </u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u> </u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> , <u> </u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , <u> </u> ), wędlina 50 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: arbuz 200 g ,				Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> , <u> </u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1535.8 kcal; Białko ogółem: 79.87 g; Tłuszcz: 50.59 g; Kw.łt.nas.ogółem: 21.08 g; Węglowodany ogółem: 215.62 g; suma cukrów prostych: 38.53 g; Błonnik pokarmowy: 32.52 g; Sól: 6.5 g; WW: 18.53 Por; Cholesterol: 213.63 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka konserwowa 50 g, sałata zielona 8g 8g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		zupa z brukselki z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,		chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml	
				Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), hummus 55 g ( <u>SEZ</u> ), sałata zielona 8g 8g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2162.46 kcal; Białko ogółem: 94.4 g; Tłuszcz: 93.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.3 g; Węglowodany ogółem: 262.01 g; suma cukrów prostych: 32.99 g; Błonnik pokarmowy: 37.32 g; Sól: 5.71 g; WW: 22.74 Por; Cholesterol: 310.1 mg;

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 50 g, Mus z jabłek prażonych 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml, dżem owocowy 0 g, dżem owocowy 50 g,		zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml, szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z wędliny drob. 100 g, dynia gotowana 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	
				Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2125.74 kcal; Białko ogółem: 84.46 g; Tłuszcz: 59.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.47 g; Węglowodany ogółem: 322.51 g; suma cukrów prostych: 93.8 g; Błonnik pokarmowy: 19.14 g; Sól: 4.13 g; WW: 30.53 Por; Cholesterol: 126.13 mg;

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8g, 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, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos cygański 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,		chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z wędliny drob. 100 g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
				Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2013.87 kcal; Białko ogółem: 85.97 g; Tłuszcz: 64.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.84 g; Węglowodany ogółem: 289.81 g; suma cukrów prostych: 36.05 g; Błonnik pokarmowy: 34.95 g; Sól: 5.76 g; WW: 25.72 Por; Cholesterol: 120.47 mg;

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g, filet z indyka gotowany 100 g, marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 250 ml, wafle ryżowe 50 g,		kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g, kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <u>GLU</u> ), Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g ( <u>GLU</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g,		wafle ryżowe 50 g, margaryna 30 g, Pulpet z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 Por, brokuł gotowany 100 g, Herbata czarna z/c 250 ml,	
II Śniadanie: gruszka 300 g,				Posiłek nocny: kasza jaglana na wodzie 200 ml, Mus z jabłek b/c 150 g,	

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

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8g, papryka konserwowa 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, dżem owocowy 50 g,		zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</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, bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,		chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
				Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ), Ciastka bezglutenowe 50 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2091.78 kcal; Białko ogółem: 81.36 g; Tłuszcz: 88.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.16 g; Węglowodany ogółem: 248.57 g; suma cukrów prostych: 54.08 g; Błonnik pokarmowy: 9.27 g; Sól: 1.94 g; WW: 24.06 Por; Cholesterol: 187.7 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , dżem owocowy 50 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 , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
					Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g , wafle ryżowe 30 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2073.35 kcal; Białko ogółem: 107.29 g; Tłuszcz: 77.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.5 g; Węglowodany ogółem: 244.26 g; suma cukrów prostych: 46.77 g; Błonnik pokarmowy: 10.64 g; Sól: 1.6 g; WW: 23.44 Por; Cholesterol: 121.19 mg;

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 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 , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),					Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2070.01 kcal; Białko ogółem: 81.23 g; Tłuszcz: 100.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.1 g; Węglowodany ogółem: 219.37 g; suma cukrów prostych: 20.31 g; Błonnik pokarmowy: 12.54 g; Sól: 4.08 g; WW: 20.85 Por; Cholesterol: 222.9 mg;

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 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 , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), Sos cygański 150 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),					Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , sałata zielona 8g 8 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2052.25 kcal; Białko ogółem: 87.99 g; Tłuszcz: 75.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.72 g; Węglowodany ogółem: 273.54 g; suma cukrów prostych: 30.8 g; Błonnik pokarmowy: 38.04 g; Sól: 8.43 g; WW: 23.82 Por; Cholesterol: 122.37 mg;

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , wędlina 50 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 , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR</u> ), sos koperkowy b/glut, b/ml 100 ml , bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z wędliny drob. 100 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),					Posiłek nocny: wafle ryżowe 30 g , margaryna 15 g , sałata zielona 8g 8 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2286.83 kcal; Białko ogółem: 112.29 g; Tłuszcz: 105.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.6 g; Węglowodany ogółem: 232.48 g; suma cukrów prostych: 19.74 g; Błonnik pokarmowy: 13.53 g; Sól: 3.93 g; WW: 22.08 Por; Cholesterol: 121.19 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , papryka konserwowa 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		zupa owocowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Leczo wegetariańskie 300 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,		chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
				Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2174.83 kcal; Białko ogółem: 70.86 g; Tłuszcz: 80.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.14 g; Węglowodany ogółem: 309.18 g; suma cukrów prostych: 73.37 g; Błonnik pokarmowy: 36.32 g; Sól: 6.45 g; WW: 27.56 Por; Cholesterol: 252.68 mg;

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 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.tł.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;

sobota 2024-07-06			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 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 8g ,				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;

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
Herbata czarna b/c 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), kleik ryżowy na wodzie 250 ml ,		zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,		kleik ryżowy na wodzie 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,				Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	

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



## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
kasza kukurydziana na mleku ots 400 g ( <u>MLE</u> ), chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), majonez 30 g ( <u>JAJ</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	kalafiorowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Sos boloński ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), fasolka szparagowa z bułką tartą ots 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, sok wielowarzywny 300 ml 1 szt ( <u>SEL</u> ), galaretka o smaku truskawkowym ots 200 g, Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),			
		<b>Posiłek nocny:</b> ciasto drożdżowe 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: OZI, ORZ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3241.97 kcal; Białko ogółem: 145.49 g; Tłuszcz: 143.39 g; Kw.tł.nas.ogółem: 49.35 g; Węglowodany ogółem: 351.82 g; suma cukrów prostych: 59.27 g; Błonnik pokarmowy: 30.97 g; Sól: 8.59 g; WW: 32.35 Por; Cholesterol: 1374.35 mg;

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
kasza kukurydziana na mleku ots 400 g ( <u>MLE</u> ), chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, majonez saszetka 30 g ( <u>JAJ</u> ),	kalafiorowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos boloński ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), fasolka szparagowa z bułką tartą ots 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, sok wielowarzywny 300 ml 1 szt ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),			
		<b>Posiłek nocny:</b> serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3051.57 kcal; Białko ogółem: 154.53 g; Tłuszcz: 149.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 57.3 g; Węglowodany ogółem: 292.42 g; suma cukrów prostych: 54.37 g; Błonnik pokarmowy: 29.5 g; Sól: 8.72 g; WW: 26.63 Por; Cholesterol: 1398.35 mg;

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu		
chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g,	chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g,	chleb pszenny krojony 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 2024-07-06			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 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1365.24 kcal; Białko ogółem: 38 g; Tłuszcz: 12.65 g; Kw.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 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ),	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g, Herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml, suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml, grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ),			

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

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-07-06 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;

sobota 2024-07-06 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> , ), chleb pszenny krojony 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</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ), sos koperkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), marchewka gotowana 150 g ,	Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 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</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>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;

sobota 2024-07-06 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;

sobota 2024-07-06 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> , ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> , ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żył. 100 g ( <u>GLU</u> , ),	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g ( <u>GLU</u> , ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt ,	chleb mieszany psz-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</u> , <u>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;

sobota 2024-07-06 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	zupa owocowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ), Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ), Sos cygański 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1055.7 kcal; Białko ogółem: 45.92 g; Tłuszcz: 36.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.57 g; Węglowodany ogółem: 140.66 g; suma cukrów prostych: 21.8 g; Błonnik pokarmowy: 13.16 g; Sól: 2.4 g; WW: 12.93 Por; Cholesterol: 211.34 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa owocowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), sałata z jogurtem 80 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, dynia gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2285.83 kcal; Białko ogółem: 96.99 g; Tłuszcz: 66.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.77 g; Węglowodany ogółem: 335.49 g; suma cukrów prostych: 93.94 g; Błonnik pokarmowy: 21.14 g; Sól: 4.45 g; WW: 31.7 Por; Cholesterol: 245.38 mg;

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 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 owocowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Leczo wegetariańskie 300 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2174.83 kcal; Białko ogółem: 70.86 g; Tłuszcz: 80.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.14 g; Węglowodany ogółem: 309.18 g; suma cukrów prostych: 73.37 g; Błonnik pokarmowy: 36.32 g; Sól: 6.45 g; WW: 27.56 Por; Cholesterol: 252.68 mg;

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 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 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g, Leczo wegetariańskie 300 g, kompot z porzeczki czarnych 250 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 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,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1966.11 kcal; Białko ogółem: 48.5 g; Tłuszcz: 58.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.36 g; Węglowodany ogółem: 328.88 g; suma cukrów prostych: 77.54 g; Błonnik pokarmowy: 45.49 g; Sól: 4.24 g; WW: 28.55 Por; Cholesterol: 17.55 mg;

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), Mus z jabłek prażonych 150 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa owocowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, dynia gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2810.76 kcal; Białko ogółem: 98.5 g; Tłuszcz: 94.46 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.02 g; Węglowodany ogółem: 403.76 g; suma cukrów prostych: 138.53 g; Błonnik pokarmowy: 26.12 g; Sól: 5.91 g; WW: 38.02 Por; Cholesterol: 315.7 mg;

sobota 2024-07-06			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), papryka konserwowa 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa z brukselki z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Sos cygański 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Podwieczorek: serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ),			
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta jarzynowa 50 g ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2659.31 kcal; Białko ogółem: 115.04 g; Tłuszcz: 118.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 49.13 g; Węglowodany ogółem: 301.98 g; suma cukrów prostych: 54.05 g; Błonnik pokarmowy: 44.03 g; Sól: 12.5 g; WW: 26.05 Por; Cholesterol: 371.05 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-07-06		Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna
plátky owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _), chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> , _), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , _), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , _), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> , _), papryka konserwowa 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _),	zupa owocowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , _), ziemniaki gotowane 200 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , _), Sos cygański 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , _), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> , _), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> , _), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> , _), wędlina 30g 30 g , ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> , _), dynia gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> , _),		Posiłek nocny: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g ( <u>MLE</u> , _),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2960.91 kcal; Białko ogółem: 122.04 g; Tłuszcz: 113.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 47.5 g; Węglowodany ogółem: 381.29 g; suma cukrów prostych: 88.25 g; Błonnik pokarmowy: 41.08 g; Sól: 9.98 g; WW: 34.39 Por; Cholesterol: 355.9 mg;