

Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2024-07-11		
Jadłospis dla diety: Podstawowa		
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 żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g , rzodkiewka 40g 40g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek 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>), sałatka jarzynowa 200 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), wędlina 30g 30g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2215.44 kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz: 90.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.4 g; Węglowodany ogółem: 262.83 g; suma cukrów prostych: 32.91 g; Błonnik pokarmowy: 32.42 g; Sól: 6.3 g; WW: 23.3 Por; Cholesterol: 269.66 mg;

czwartek 2024-07-11		
Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
ryż na mleku 300 g (<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>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g , sałata zielona 8g 8g , rzodkiewka 40g 40g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 250 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek 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>), sałatka jarzynowa 200 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2645.59 kcal; Białko ogółem: 106.13 g; Tłuszcz: 95.58 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.44 g; Węglowodany ogółem: 343.92 g; suma cukrów prostych: 50.78 g; Błonnik pokarmowy: 35.64 g; Sól: 6.63 g; WW: 31.21 Por; Cholesterol: 289.66 mg;

czwartek 2024-07-11		
Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g , rzodkiewka 40g 40g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałatka jarzynowa 200 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2303.34 kcal; Białko ogółem: 96.41 g; Tłuszcz: 90.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 267 g; suma cukrów prostych: 37.24 g; Błonnik pokarmowy: 28.22 g; Sól: 6.05 g; WW: 24.14 Por; Cholesterol: 271.06 mg;

czwartek 2024-07-11		
Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)		
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>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g , rzodkiewka 40g 40g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek 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>), sałatka jarzynowa 200 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), wędlina 30g 30g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: herbatniki 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u>),		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2479.44 kcal; Białko ogółem: 97.06 g; Tłuszcz: 94.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.85 g; Węglowodany ogółem: 308.23 g; suma cukrów prostych: 49.26 g; Błonnik pokarmowy: 21.27 g; Sól: 6.51 g; WW: 28.9 Por; Cholesterol: 290.66 mg;

czwartek 2024-07-11		
Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
ryż na mleku 300 g (<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>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek 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>), sałatka jarzynowa 200 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), wędlina 30g 30g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml , herbatniki 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u>),		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2831.22 kcal; Białko ogółem: 105.92 g; Tłuszcz: 103.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.28 g; Węglowodany ogółem: 371.68 g; suma cukrów prostych: 94.28 g; Błonnik pokarmowy: 34.19 g; Sól: 9.92 g; WW: 34.06 Por; Cholesterol: 310.66 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-07-11			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>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), dżem owocowy 50 g ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , mizeria 130 g (<u>MLE</u>), 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>), sałatka jarzynowa 200 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: herbatniki 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u>),		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2575.94 kcal; Białko ogółem: 101.61 g; Tłuszcz: 94.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.86 g; Węglowodany ogółem: 327.33 g; suma cukrów prostych: 67.76 g; Błonnik pokarmowy: 21.67 g; Sól: 6.51 g; WW: 30.77 Por; Cholesterol: 290.66 mg;

czwartek 2024-07-11			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
ryż na mleku 300 g (<u>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>), miód 25 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), marchewka gotowana 130 g , 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>), sałatka jarzynowa - dieta 200 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2255.22 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 74.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.14 g; Węglowodany ogółem: 297.06 g; suma cukrów prostych: 49.4 g; Błonnik pokarmowy: 19.73 g; Sól: 4.8 g; WW: 28.09 Por; Cholesterol: 305.14 mg;

czwartek 2024-07-11			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
ryż na mleku 300 g (<u>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>), miód 25 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), marchewka gotowana 130 g , 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>), sałatka jarzynowa - dieta 200 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: herbatniki 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u>),		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2473.22 kcal; Białko ogółem: 108.95 g; Tłuszcz: 80.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.85 g; Węglowodany ogółem: 335.46 g; suma cukrów prostych: 66.15 g; Błonnik pokarmowy: 20.38 g; Sól: 5.17 g; WW: 31.89 Por; Cholesterol: 326.14 mg;

czwartek 2024-07-11			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>), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), mizeria 130 g (<u>MLE</u>), 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>), sałatka jarzynowa 200 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2380.85 kcal; Białko ogółem: 104.84 g; Tłuszcz: 101.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.18 g; Węglowodany ogółem: 277.97 g; suma cukrów prostych: 28.58 g; Błonnik pokarmowy: 32.55 g; Sól: 5.9 g; WW: 24.71 Por; Cholesterol: 286.24 mg;

czwartek 2024-07-11			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>), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), papryka świeża 100 g , wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: pomidor 100 g ,		Posiłek nocny: Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 20 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1738.83 kcal; Białko ogółem: 92.37 g; Tłuszcz: 57.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.4 g; Węglowodany ogółem: 237.51 g; suma cukrów prostych: 25.6 g; Błonnik pokarmowy: 29.9 g; Sól: 4.33 g; WW: 20.99 Por; Cholesterol: 205.94 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-07-11			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>), sałata zielona 8g 8g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, SEL</u>), .mizeria 130 g (<u>MLE</u>), 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>), sałatka jarzynowa 200 g (<u>JAJ, SEL</u>), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), pomidor 100 g , sok owocowy 200ml 200 g , jabłko 150 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2630.57 kcal; Białko ogółem: 107.82 g; Tłuszcz: 108.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.88 g; Węglowodany ogółem: 330.3 g; suma cukrów prostych: 63.93 g; Błonnik pokarmowy: 48.52 g; Sól: 6.63 g; WW: 28.45 Por; Cholesterol: 564.92 mg;

czwartek 2024-07-11			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>), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, SEL</u>), .mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sałatka jarzynowa 200 g (<u>JAJ, SEL</u>), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2191.07 kcal; Białko ogółem: 98.29 g; Tłuszcz: 87.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.09 g; Węglowodany ogółem: 268.57 g; suma cukrów prostych: 22.2 g; Błonnik pokarmowy: 32.55 g; Sól: 5.66 g; WW: 23.79 Por; Cholesterol: 241.16 mg;

czwartek 2024-07-11			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
ryż na mleku 300 g (<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>), sałata zielona 8g 8g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, SEL</u>), .mizeria 130 g (<u>MLE</u>), 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>), sałatka jarzynowa 200 g (<u>JAJ, SEL</u>), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2585.75 kcal; Białko ogółem: 114.85 g; Tłuszcz: 106.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.19 g; Węglowodany ogółem: 307.97 g; suma cukrów prostych: 40.88 g; Błonnik pokarmowy: 33.09 g; Sól: 6.18 g; WW: 27.69 Por; Cholesterol: 306.24 mg;

czwartek 2024-07-11			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>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU, SEL</u>), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sałatka jarzynowa - dieta b/jabłka 200 g (<u>MLE, SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), Pasta warzywna 100 g (<u>SEL</u>),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), wędlina 30g 30 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1927.68 kcal; Białko ogółem: 93.07 g; Tłuszcz: 55.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.09 g; Węglowodany ogółem: 281.05 g; suma cukrów prostych: 18.82 g; Błonnik pokarmowy: 21.12 g; Sól: 8.27 g; WW: 26.22 Por; Cholesterol: 215.46 mg;

czwartek 2024-07-11			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , ratatouille 300 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), sałatka jarzynowa - dieta b/jabłka 200 g (<u>MLE, SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), jabłko gotowane 150 g ,		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g ,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1993.5 kcal; Białko ogółem: 52.38 g; Tłuszcz: 76.35 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.62 g; Węglowodany ogółem: 274.12 g; suma cukrów prostych: 41.19 g; Błonnik pokarmowy: 23.14 g; Sól: 3.67 g; WW: 25.26 Por; Cholesterol: 194.74 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-07-11			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>), miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,		koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, udko z kurczaka gotowane 200 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), marchewka gotowana 130 g, 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>), sałatka jarzynowa - dieta b/jabłka 200 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml,	
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml, herbatniki 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u>),				Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2257.53 kcal; Białko ogółem: 85.66 g; Tłuszcz: 51.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.78 g; Węglowodany ogółem: 368.95 g; suma cukrów prostych: 91.8 g; Błonnik pokarmowy: 18.48 g; Sól: 4.75 g; WW: 35.41 Por; Cholesterol: 233.06 mg;

czwartek 2024-07-11			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
ryż na mleku 300 g (<u>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>), miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,		koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, udko z kurczaka gotowane 200 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), marchewka gotowana 130 g, 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>), sałatka jarzynowa - dieta b/jabłka 200 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml,	
				Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2266.87 kcal; Białko ogółem: 91.69 g; Tłuszcz: 70.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.85 g; Węglowodany ogółem: 322.7 g; suma cukrów prostych: 57.2 g; Błonnik pokarmowy: 18.34 g; Sól: 4.61 g; WW: 30.81 Por; Cholesterol: 289.94 mg;

czwartek 2024-07-11			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
ryż na mleku 300 g (<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>), miód 2 szt. 50 g, ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8g, rzodkiewka 40g 40g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),		koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Udko z kurczaka pieczone 210 g, mizeria 130 g (<u>MLE</u>), 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>), sałatka jarzynowa 200 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),				Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2684.84 kcal; Białko ogółem: 110.62 g; Tłuszcz: 98.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.41 g; Węglowodany ogółem: 334.28 g; suma cukrów prostych: 47.86 g; Błonnik pokarmowy: 32.96 g; Sól: 6.6 g; WW: 30.5 Por; Cholesterol: 289.66 mg;

czwartek 2024-07-11			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.: 1891.1 kcal; Białko ogółem: 99.07 g; Tłuszcz: 128.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.75 g; Węglowodany ogółem: 85.01 g; suma cukrów prostych: 4.15 g; Błonnik pokarmowy: 4.98 g; Sól: 1.61 g; WW: 8.16 Por; Cholesterol: 1040.36 mg;

czwartek 2024-07-11			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.: 1939.62 kcal; Białko ogółem: 100.24 g; Tłuszcz: 129 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.76 g; Węglowodany ogółem: 96.26 g; suma cukrów prostych: 4.7 g; Błonnik pokarmowy: 5.9 g; Sól: 1.62 g; WW: 9.21 Por; Cholesterol: 1040.36 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-07-11			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
ryż na mleku 300 g (<u>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>), miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałatka jarzynowa - dieta b/jabłka 200 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2320.77 kcal; Białko ogółem: 87.67 g; Tłuszcz: 65.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.6 g; Węglowodany ogółem: 351.37 g; suma cukrów prostych: 57.33 g; Błonnik pokarmowy: 19.35 g; Sól: 4.67 g; WW: 33.6 Por; Cholesterol: 275 mg;

czwartek 2024-07-11			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</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>), cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałatka jarzynowa - dieta b/jabłka 200 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2192.75 kcal; Białko ogółem: 99.72 g; Tłuszcz: 83.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.68 g; Węglowodany ogółem: 278.18 g; suma cukrów prostych: 21.61 g; Błonnik pokarmowy: 20 g; Sól: 7.29 g; WW: 26.13 Por; Cholesterol: 301.5 mg;

czwartek 2024-07-11			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g, rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, udko z kurczaka gotowane 200 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), .mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 100 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sałatka jarzynowa 150 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), wędlina 30g 30 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1758.13 kcal; Białko ogółem: 82.93 g; Tłuszcz: 74.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.63 g; Węglowodany ogółem: 201.49 g; suma cukrów prostych: 19.38 g; Błonnik pokarmowy: 26.71 g; Sól: 4.52 g; WW: 17.66 Por; Cholesterol: 240.56 mg;

czwartek 2024-07-11			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>), sałata zielona 8g 8 g, rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, udko z kurczaka gotowane 200 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), .mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałatka jarzynowa 200 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), wędlina 30g 30 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2290.85 kcal; Białko ogółem: 98.39 g; Tłuszcz: 98.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.39 g; Węglowodany ogółem: 268.67 g; suma cukrów prostych: 22.28 g; Błonnik pokarmowy: 32.55 g; Sól: 5.66 g; WW: 23.81 Por; Cholesterol: 274.24 mg;

czwartek 2024-07-11			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), Herbata czarna z/c 400 ml, wędlina 30g 30 g,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, udko z kurczaka gotowane 200 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u>), Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: miód 2 szt. 50 g, chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 5g 5 g,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2149.98 kcal; Białko ogółem: 94.68 g; Tłuszcz: 74.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 11.1 g; Węglowodany ogółem: 283.02 g; suma cukrów prostych: 32.22 g; Błonnik pokarmowy: 17.77 g; Sól: 5.22 g; WW: 26.91 Por; Cholesterol: 730.31 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-07-11 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 , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g (<u>GLU</u>), chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g , sałatka jarzynowa 200 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU</u>), margaryna 5g 5 g , miód 2 szt. 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2249.83 kcal; Białko ogółem: 86.27 g; Tłuszcz: 85.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 10.49 g; Węglowodany ogółem: 301.74 g; suma cukrów prostych: 21.74 g; Błonnik pokarmowy: 39.1 g; Sól: 6.2 g; WW: 26.67 Por; Cholesterol: 683.33 mg;

czwartek 2024-07-11 Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g , Pulpet z indyka (bez jaj, bez glutenu) 100 Por , ogórek świeży 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , waflle ryżowe 40 g ,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , ziemniaki gotowane 200 g , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g , surówka z marchwi i jabłka 150 g (<u>MLE</u>), woda n/g 0,5L 1 szt ,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: banan 200 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml ,		Posiłek nocny: płatki owsiane na wodzie 200 ml (<u>GLU</u>), Mus z jabłek b/c 150 g ,

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

czwartek 2024-07-11 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Udko z kurczaka pieczone 210 g , mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałatka jarzynowa 200 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), miód 2 szt. 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2208.5 kcal; Białko ogółem: 82.45 g; Tłuszcz: 115.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.15 g; Węglowodany ogółem: 214.29 g; suma cukrów prostych: 12.04 g; Błonnik pokarmowy: 8.26 g; Sól: 2.6 g; WW: 20.78 Por; Cholesterol: 269.26 mg;

czwartek 2024-07-11 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka pieczone 210 g , marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , sałatka jarzynowa 200 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), wędlina 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5g 5 g , miód 2 szt. 50 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2171.23 kcal; Białko ogółem: 87.77 g; Tłuszcz: 108.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.24 g; Węglowodany ogółem: 219.94 g; suma cukrów prostych: 14.14 g; Błonnik pokarmowy: 11.7 g; Sól: 2.22 g; WW: 21.1 Por; Cholesterol: 681.83 mg;

czwartek 2024-07-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 8g 8 g , rzodkiewka 40g 40 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , udko z kurczaka gotowane 200 g (<u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u>), Sos jarzynowy bez glutenu 100 ml (<u>SEL</u>), mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sałatka jarzynowa 200 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), wędlina 30g 30 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5g (<u>MLE</u>), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2217.61 kcal; Białko ogółem: 97.8 g; Tłuszcz: 111.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 213.09 g; suma cukrów prostych: 12.89 g; Błonnik pokarmowy: 8.94 g; Sól: 1.98 g; WW: 20.54 Por; Cholesterol: 238.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-07-11			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML
chleb razowy 120 g (<u>GLU.</u>), margaryna 15 g, jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ.</u>), sałata zielona 8g 8 g, rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL.</u>), ziemniaki gotowane 200 g, udko z kurczaka gotowane 200 g (<u>SEL. może zawierać: GOR.</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU. SEL.</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g (<u>GLU.</u>), margaryna 15 g, sałatka jarzynowa 200 g (<u>JAJ. SEL.</u>), wędlina 30g 30 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: chleb razowy 50 g (<u>GLU.</u>), margaryna 5g 5 g, wędlina 30g 30 g, pomidor 100 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g (<u>GLU.</u>), margaryna 5g 5 g, Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL.</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2357.08 kcal; Białko ogółem: 102.84 g; Tłuszcz: 95.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 10.41 g; Węglowodany ogółem: 289.56 g; suma cukrów prostych: 25.62 g; Błonnik pokarmowy: 40.79 g; Sól: 6.88 g; WW: 25.16 Por; Cholesterol: 679.71 mg;

czwartek 2024-07-11			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML
chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ.</u>), sałata zielona 8g 8 g, rzodkiewka 40g 40 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu 400 ml (<u>SEL.</u>), ziemniaki gotowane 200 g, udko z kurczaka gotowane 200 g (<u>SEL. może zawierać: GOR.</u>), Sos jarzynowy bez glutenowy 100 ml (<u>SEL.</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, sałatka jarzynowa 200 g (<u>JAJ. SEL.</u>), wędlina 30g 30 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g, margaryna 5g 5 g, wędlina 30g 30 g, pomidor 100 g,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, margaryna 5g 5 g, Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<u>SEL.</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2396.96 kcal; Białko ogółem: 102.59 g; Tłuszcz: 123.15 g; Kw.tł.nas.ogółem: 9.38 g; Węglowodany ogółem: 229.94 g; suma cukrów prostych: 14.73 g; Błonnik pokarmowy: 13.49 g; Sól: 2.56 g; WW: 21.86 Por; Cholesterol: 676.31 mg;

czwartek 2024-07-11			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>), ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>), sałata zielona 8g 8 g, rzodkiewka 40g 40 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU. MLE.</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU. SEL.</u>), ziemniaki gotowane 200 g, ratatouille 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>), sałatka jarzynowa 200 g (<u>JAJ. SEL.</u>), wędlina 30g 30 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1983.52 kcal; Białko ogółem: 69.19 g; Tłuszcz: 68.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.11 g; Węglowodany ogółem: 276.23 g; suma cukrów prostych: 42.95 g; Błonnik pokarmowy: 36.73 g; Sól: 5.91 g; WW: 24.2 Por; Cholesterol: 143.38 mg;

czwartek 2024-07-11			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa
chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g (<u>MLE.</u>), serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE.</u>), miód 2 szt. 50 g, cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU. SEL.</u>), ziemniaki gotowane 200 g, ratatouille 300 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g (<u>MLE.</u>), sałatka jarzynowa - dieta b/jabłka 200 g (<u>MLE. SEL.</u>), Herbata czarna b/c 400 ml,	
		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g, masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), wędlina 30g 30 g,	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2028.24 kcal; Białko ogółem: 46.62 g; Tłuszcz: 73.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.41 g; Węglowodany ogółem: 305.22 g; suma cukrów prostych: 27.6 g; Błonnik pokarmowy: 12.68 g; Sól: 3.66 g; WW: 29.46 Por; Cholesterol: 194.74 mg;

czwartek 2024-07-11			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2
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>), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	dyniowa z ziemniakami b/mleka - dieta 300 ml (<u>GLU. SEL.</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU. JAJ.</u>), sos koperkowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU. MLE.</u>), cukinia gotowana 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE.</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ.</u>), jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g, marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml, chrupki kukurydziane 80 g (<u>OZI. ORZ.</u>),	

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

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-07-11			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
chleb pszenny krojony 50 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), wędlina 50 g, salata zielona 8g 8 g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	dyniowa z ziemniakami - dieta 300 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Ryż biały na sypko 100 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), cukinia gotowana 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	makaron z białym serem 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), Mus z jabłek b/c 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,			
II Śniadanie: kasza manna na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), Mus z truskawek 200 g,		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g, chrupki kukurydziane 80 g (<u>OZI</u> , <u>ORZ</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1907.32 kcal; Białko ogółem: 95.09 g; Tłuszcz: 41.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 15.91 g; Węglowodany ogółem: 312.4 g; suma cukrów prostych: 66.43 g; Błonnik pokarmowy: 36.59 g; Sól: 6.17 g; WW: 27.83 Por; Cholesterol: 153.14 mg;

czwartek 2024-07-11			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;

czwartek 2024-07-11			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
chleb graham 30 g (<u>GLU</u>), bułka grahamka 1 szt (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), marchewki słupki - gotowane ots 100 g, ser żółty plastry - 100g 1 szt (<u>MLE</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, zacierka na mleku ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	brokułowa z ziemniakami -ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem - ots 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</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, pomidor b/skóry - ots 100 g, jajko gotowane ots 50 g (<u>JAJ</u>), majonez saszetka 15 g (<u>JAJ</u>), Herbata czarna b/c 250 ml,			
		Posiłek nocny: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt ots 150 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), herbatniki pakowane po 100g 1 szt (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>S02</u> , może zawierać: <u>JAJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEZ</u>),			

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

czwartek 2024-07-11			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb graham 30 g (<u>GLU</u>), bułka grahamka 1 szt (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), ser żółty plastry - 100g 1 szt (<u>MLE</u>), marchewki słupki - gotowane ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, zacierka na mleku ots 400 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>),	brokułowa z ziemniakami ots 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane ots 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta ots 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u>), sos koperkowy ots 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>), kalafior gotowany z olejem ots 150 g, Kompot z czarnej porzeczki i jabłek z/c 200 ml,	chleb graham 90 g (<u>GLU</u>), masło sztukowe 15g 1 szt (<u>MLE</u>), wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt, pomidor b/skóry - ots 100 g, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g (<u>JAJ</u>), Herbata czarna b/c 250 ml, majonez saszetka 30 g (<u>JAJ</u>),			
		Posiłek nocny: serek homo naturalny - ots 150 g (<u>MLE</u>),			

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

czwartek 2024-07-11			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;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-07-11			Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

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

czwartek 2024-07-11			Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, _</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, _</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, _</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

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

czwartek 2024-07-11			Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, _</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,	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 ,	grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, _</u>), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

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

czwartek 2024-07-11			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;

czwartek 2024-07-11			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-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/ml 100 ml (<u>GLU, MLE, _</u>), cukinia 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>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ, _</u>), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: suchary 50 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u>), kakao proszek 30 g , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g (<u>OZI, ORZ, _</u>), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml ,			

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

czwartek 2024-07-11			Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,	ziemniaki gotowane 200 g , woda n/g 0,5L 1 szt , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , Pulpet z indyka (bez jaj) 100 Por (<u>GLU, _</u>), brokuł gotowany 100 g ,	wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,			
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,			

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

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-07-11 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE.</u>), twarożek 100 g (<u>MLE.</u>), jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna z/c 250 ml,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g, ziemniaki gotowane 200 g, mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g, surówka z marchwi i jabłka 150 g (<u>MLE.</u>), woda n/g 0,5L 1 szt,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g, Herbata czarna z/c 250 ml,
II Śniadanie: banan 200 g, marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml,		Posiłek nocny: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE.</u>),

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

czwartek 2024-07-11 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU.</u> , <u>SEL.</u>), ziemniaki gotowane 250 g, Udko z kurczaka pieczone 210 g, Udko z kurczaka pieczone 210 g, .mizeria 200 g (<u>MLE.</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 875.15 kcal; Białko ogółem: 56.72 g; Tłuszcz: 41.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.66 g; Węglowodany ogółem: 69.45 g; suma cukrów prostych: 7.07 g; Błonnik pokarmowy: 5.25 g; Sól: 1.16 g; WW: 6.56 Por; Cholesterol: 239.32 mg;

czwartek 2024-07-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
ryż na mleku 300 g (<u>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>), miód 25 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU.</u> , <u>MLE.</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU.</u> , <u>SEL.</u>), ziemniaki gotowane 200 g, udko z kurczaka gotowane 200 g (<u>SEL. może zawierać: GOR.</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU.</u> , <u>SEL.</u>), marchewka gotowana 130 g, 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>), sałatka jarzynowa - dieta 200 g (<u>MLE.</u> , <u>SEL.</u>), wędlina 30g 30g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2334.72 kcal; Białko ogółem: 110.25 g; Tłuszcz: 77.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.14 g; Węglowodany ogółem: 297.06 g; suma cukrów prostych: 49.4 g; Błonnik pokarmowy: 19.73 g; Sól: 4.8 g; WW: 28.09 Por; Cholesterol: 305.14 mg;

czwartek 2024-07-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży mnogiej		
chleb razowy 120 g (<u>GLU.</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE.</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>), sałata zielona 8g 8g, rzodkiewka 40g 40g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU.</u> , <u>MLE.</u>), miód 2 szt. 50 g,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU.</u> , <u>SEL.</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Udko z kurczaka pieczone 210 g, .mizeria 130 g (<u>MLE.</u>), 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>), sałatka jarzynowa 200 g (<u>JAJ.</u> , <u>SEL.</u>), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE.</u>),		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2303.34 kcal; Białko ogółem: 96.41 g; Tłuszcz: 90.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 267 g; suma cukrów prostych: 37.24 g; Błonnik pokarmowy: 28.22 g; Sól: 6.05 g; WW: 24.14 Por; Cholesterol: 271.06 mg;

czwartek 2024-07-11 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>), ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>), sałata zielona 8g 8g, rzodkiewka 40g 40g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU.</u> , <u>MLE.</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU.</u> , <u>SEL.</u>), ziemniaki gotowane 200 g, ratatouille 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>), sałatka jarzynowa 200 g (<u>JAJ.</u> , <u>SEL.</u>), wędlina 30g 30g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE.</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1983.52 kcal; Białko ogółem: 69.19 g; Tłuszcz: 68.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.11 g; Węglowodany ogółem: 276.23 g; suma cukrów prostych: 42.95 g; Błonnik pokarmowy: 36.73 g; Sól: 5.91 g; WW: 24.2 Por; Cholesterol: 143.38 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-07-11			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, Herbata czarna z/c 400 ml, dżem owocowy 50 g, jabłko 150 g, koperkowa z ziemniakami - dieta b/ml b/glu jarska 400 ml (<u>SEL</u>),	ziemniaki gotowane 200 g, ratatouille 300 g, kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), margaryna 15 g, Herbata czarna z/c 400 ml, Pasta z ciecierzycy z warzywami 150 g (<u>SEL</u>), sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 50 g,			
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml,			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1974.42 kcal; Białko ogółem: 43.66 g; Tłuszcz: 62.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.76 g; Węglowodany ogółem: 324.58 g; suma cukrów prostych: 108.73 g; Błonnik pokarmowy: 41.4 g; Sól: 3.77 g; WW: 28.53 Por; Cholesterol: 2.4 mg;

czwartek 2024-07-11			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
ryż na mleku 300 g (<u>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>), cukinia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, udko z kurczaka gotowane 200 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałatka jarzynowa - dieta 200 g (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), wędlina 30g 30 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml, herbatniki 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u>),		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2587.54 kcal; Białko ogółem: 110.22 g; Tłuszcz: 83.21 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.02 g; Węglowodany ogółem: 356.18 g; suma cukrów prostych: 97.5 g; Błonnik pokarmowy: 21.45 g; Sól: 8.13 g; WW: 33.81 Por; Cholesterol: 326.14 mg;

czwartek 2024-07-11			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
ryż na mleku 300 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, udko z kurczaka gotowane 200 g (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u>), Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), sałatka jarzynowa 200 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), wędlina 30g 30 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2392.18 kcal; Białko ogółem: 115.94 g; Tłuszcz: 107.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.03 g; Węglowodany ogółem: 252.11 g; suma cukrów prostych: 40.67 g; Błonnik pokarmowy: 28.96 g; Sól: 9.4 g; WW: 22.49 Por; Cholesterol: 328.84 mg;

czwartek 2024-07-11			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
ryż na mleku 300 g (<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>), ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), cukinia gotowana 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>),	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, Udko z kurczaka pieczone 210 g, mizeria 130 g (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczek 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>), sałatka jarzynowa 200 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u>), wędlina 30g 30 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml, herbatniki 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u>),		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (<u>MLE</u>),			

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2831.22 kcal; Białko ogółem: 105.92 g; Tłuszcz: 103.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.28 g; Węglowodany ogółem: 371.68 g; suma cukrów prostych: 94.28 g; Błonnik pokarmowy: 34.19 g; Sól: 9.92 g; WW: 34.06 Por; Cholesterol: 310.66 mg;