

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-07-15</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> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 20 g, ogórek kiszony 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Kotlet z jaj 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 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> ), pasta z ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> koktajl truskawkowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2523.6 kcal; Białko ogółem: 95.17 g; Tłuszcz: 102.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.21 g; Węglowodany ogółem: 311.3 g; suma cukrów prostych: 53.8 g; Błonnik pokarmowy: 40.53 g; Sól: 9.4 g; WW: 27.38 Por; Cholesterol: 879.35 mg;

<b>poniedziałek 2024-07-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 20 g, ogórek kiszony 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, Kotlet z jaj 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 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> ), pasta z ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> koktajl truskawkowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2791.76 kcal; Białko ogółem: 108.11 g; Tłuszcz: 107.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.2 g; Węglowodany ogółem: 354.46 g; suma cukrów prostych: 67.8 g; Błonnik pokarmowy: 42.62 g; Sól: 9.71 g; WW: 31.54 Por; Cholesterol: 899.35 mg;

<b>poniedziałek 2024-07-15</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> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 20 g, ogórek kiszony 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Kotlet z jaj 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> banan 200 g,		<b>Posiłek nocny:</b> koktajl truskawkowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2424 kcal; Białko ogółem: 91.76 g; Tłuszcz: 100.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.2 g; Węglowodany ogółem: 291.32 g; suma cukrów prostych: 88.82 g; Błonnik pokarmowy: 41.41 g; Sól: 9.14 g; WW: 25.26 Por; Cholesterol: 880.75 mg;

<b>poniedziałek 2024-07-15</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> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 20 g, ogórek kiszony 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml ( <u>MLE</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> Mus warzywno owocowy -tubka 1 szt,		<b>Posiłek nocny:</b> koktajl truskawkowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2627.16 kcal; Białko ogółem: 96.58 g; Tłuszcz: 95.63 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.94 g; Węglowodany ogółem: 353.07 g; suma cukrów prostych: 80.26 g; Błonnik pokarmowy: 27.29 g; Sól: 6.2 g; WW: 32.72 Por; Cholesterol: 351.33 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek kiszony 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Kotlet z jaj 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 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> ), pasta z ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),		Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2963.44 kcal; Białko ogółem: 110.79 g; Tłuszcz: 114.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.63 g; Węglowodany ogółem: 369.18 g; suma cukrów prostych: 68.55 g; Błonnik pokarmowy: 37.94 g; Sól: 9.63 g; WW: 33.46 Por; Cholesterol: 958.82 mg;

poniedziałek 2024-07-15			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> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Kotlet z jaj 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: Mus warzywno owocowy -tubka 1 szt,		Posiłek nocny: koktajl truskawkowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2473.09 kcal; Białko ogółem: 105.47 g; Tłuszcz: 90.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.11 g; Węglowodany ogółem: 318.75 g; suma cukrów prostych: 46.83 g; Błonnik pokarmowy: 28.04 g; Sól: 5.67 g; WW: 29.35 Por; Cholesterol: 800.48 mg;

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</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> ),	barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby gotowanej i warzyw-dieta 100 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: koktajl truskawkowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2246.8 kcal; Białko ogółem: 99.72 g; Tłuszcz: 77.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.62 g; Węglowodany ogółem: 280.37 g; suma cukrów prostych: 53.16 g; Błonnik pokarmowy: 15.12 g; Sól: 4 g; WW: 26.62 Por; Cholesterol: 262.78 mg;

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 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> ),	barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	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> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: banan 200 g,		Posiłek nocny: koktajl truskawkowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2533.6 kcal; Białko ogółem: 116.57 g; Tłuszcz: 81.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.42 g; Węglowodany ogółem: 338.87 g; suma cukrów prostych: 89.45 g; Błonnik pokarmowy: 22.07 g; Sól: 4.79 g; WW: 31.92 Por; Cholesterol: 293.28 mg;

poniedziałek 2024-07-15			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> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 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. 10 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2374.97 kcal; Białko ogółem: 104.93 g; Tłuszcz: 96.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.39 g; Węglowodany ogółem: 285.26 g; suma cukrów prostych: 33.52 g; Błonnik pokarmowy: 33.94 g; Sól: 7.88 g; WW: 25.18 Por; Cholesterol: 317.55 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police
masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: pomidor 100 g,		Posiłek nocny: rzodkiewka 40g 40 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1754.79 kcal; Białko ogółem: 73.65 g; Tłuszcz: 60.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 17.8 g; Węglowodany ogółem: 229.9 g; suma cukrów prostych: 24.56 g; Błonnik pokarmowy: 27.86 g; Sól: 5.47 g; WW: 20.26 Por; Cholesterol: 191.27 mg;

poniedziałek 2024-07-15			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> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8g, ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, papryka świeża 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> ), pomidor 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, jabłko 150 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, rzodkiewka 40g 40 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2424.07 kcal; Białko ogółem: 101.18 g; Tłuszcz: 78.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.48 g; Węglowodany ogółem: 332.63 g; suma cukrów prostych: 65.69 g; Błonnik pokarmowy: 49.71 g; Sól: 7.02 g; WW: 28.34 Por; Cholesterol: 249.74 mg;

poniedziałek 2024-07-15			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> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8g, ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2185.19 kcal; Białko ogółem: 98.38 g; Tłuszcz: 82.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.3 g; Węglowodany ogółem: 275.86 g; suma cukrów prostych: 27.14 g; Błonnik pokarmowy: 33.94 g; Sól: 7.64 g; WW: 24.26 Por; Cholesterol: 272.47 mg;

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8g, ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: sok pomidorowy 300 ml,	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2519.18 kcal; Białko ogółem: 112.84 g; Tłuszcz: 93.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.08 g; Węglowodany ogółem: 321.04 g; suma cukrów prostych: 47.23 g; Błonnik pokarmowy: 37.24 g; Sól: 9.37 g; WW: 28.48 Por; Cholesterol: 309.01 mg;

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml, kukinia gotowana 100 g,	barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 70 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> ), dynia gotowana 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), filet z indyka gotowany 100 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2054.37 kcal; Białko ogółem: 93.22 g; Tłuszcz: 54.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 13.75 g; Węglowodany ogółem: 295.88 g; suma cukrów prostych: 25.11 g; Błonnik pokarmowy: 22.35 g; Sól: 9.06 g; WW: 27.43 Por; Cholesterol: 198.6 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto wegetariańskie 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 70 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> ), dynia gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , filet z indyka gotowany 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2214.51 kcal; Białko ogółem: 49.97 g; Tłuszcz: 77.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.22 g; Węglowodany ogółem: 317.78 g; suma cukrów prostych: 24.94 g; Błonnik pokarmowy: 15.91 g; Sól: 5.72 g; WW: 30.16 Por; Cholesterol: 176.6 mg;

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml , cukinia gotowana 100 g ,	barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 70 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> ), dynia gotowana 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), miód 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2270.19 kcal; Białko ogółem: 81.28 g; Tłuszcz: 52.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 13.39 g; Węglowodany ogółem: 363 g; suma cukrów prostych: 58.33 g; Błonnik pokarmowy: 18.55 g; Sól: 7.53 g; WW: 34.53 Por; Cholesterol: 158.6 mg;

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , cukinia gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 70 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> ), dynia gotowana 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), miód 25 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2534.96 kcal; Białko ogółem: 99.53 g; Tłuszcz: 76.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.63 g; Węglowodany ogółem: 356.75 g; suma cukrów prostych: 48.49 g; Błonnik pokarmowy: 18.15 g; Sól: 7.99 g; WW: 34.02 Por; Cholesterol: 239.28 mg;

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 20 g , ogórek kiszony 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlet z jaj 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 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> ), pasta z ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: koktajl truskawkowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2920.2 kcal; Białko ogółem: 126.23 g; Tłuszcz: 120.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 50 g; Węglowodany ogółem: 349.53 g; suma cukrów prostych: 69.05 g; Błonnik pokarmowy: 40.53 g; Sól: 9.86 g; WW: 31.29 Por; Cholesterol: 954.85 mg;

poniedziałek 2024-07-15			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.: 2291.1 kcal; Białko ogółem: 131.07 g; Tłuszcz: 140.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.75 g; Węglowodany ogółem: 145.01 g; suma cukrów prostych: 4.15 g; Błonnik pokarmowy: 4.98 g; Sól: 1.61 g; WW: 14.16 Por; Cholesterol: 1040.36 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Papkowata		
papkowata- śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),		papkowata - obiad 650 ml ,		papkowata - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),	
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> ),			Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL</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;

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , cukinia gotowana 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),		barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 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> ), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 70 g ( <u>RYB, SEL</u> ), dynia gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			Posiłek nocny: koktajl truskawkowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2482.34 kcal; Białko ogółem: 112.78 g; Tłuszcz: 84.35 g; Kw.łt.nas.ogółem: 30.88 g; Węglowodany ogółem: 314.85 g; suma cukrów prostych: 55.52 g; Błonnik pokarmowy: 20.18 g; Sól: 7.87 g; WW: 29.68 Por; Cholesterol: 263.86 mg;

poniedziałek 2024-07-15			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> ), pasta z wędliny drob. 100 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 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> ), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 70 g ( <u>RYB, SEL</u> ), dynia gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2371.18 kcal; Białko ogółem: 109.18 g; Tłuszcz: 91.88 g; Kw.łt.nas.ogółem: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 285.97 g; suma cukrów prostych: 28.39 g; Błonnik pokarmowy: 23.25 g; Sól: 8.72 g; WW: 26.48 Por; Cholesterol: 268.16 mg;

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		barszcz czerwony z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 300 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,		chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: banan 200 g ,			Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1651.12 kcal; Białko ogółem: 74.56 g; Tłuszcz: 57.14 g; Kw.łt.nas.ogółem: 27.65 g; Węglowodany ogółem: 225.78 g; suma cukrów prostych: 55.1 g; Błonnik pokarmowy: 31.71 g; Sól: 4.75 g; WW: 19.52 Por; Cholesterol: 196.32 mg;

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek kiszony 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),		barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,		chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ, RYB</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2224.37 kcal; Białko ogółem: 85.96 g; Tłuszcz: 84.78 g; Kw.łt.nas.ogółem: 33.05 g; Węglowodany ogółem: 282.75 g; suma cukrów prostych: 33.53 g; Błonnik pokarmowy: 33.94 g; Sól: 7.66 g; WW: 24.93 Por; Cholesterol: 265.25 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml, cukinia gotowana 100 g,	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml, kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> ), dynia gotowana 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g, miód 50 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2242.36 kcal; Białko ogółem: 78.95 g; Tłuszcz: 69.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.61 g; Węglowodany ogółem: 323.38 g; suma cukrów prostych: 34.7 g; Błonnik pokarmowy: 17.08 g; Sól: 7.48 g; WW: 30.78 Por; Cholesterol: 121.41 mg;

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml, kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, pasta z ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 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.: 2259.13 kcal; Białko ogółem: 79.15 g; Tłuszcz: 72.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.9 g; Węglowodany ogółem: 331.61 g; suma cukrów prostych: 22.52 g; Błonnik pokarmowy: 36.86 g; Sól: 7.68 g; WW: 29.65 Por; Cholesterol: 128.28 mg;

poniedziałek 2024-07-15			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 selera) 200 g ( <u>GLU</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g,	wafle ryżowe 50 g, margaryna 30 g, Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g, 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.: 2115.89 kcal; Białko ogółem: 65.32 g; Tłuszcz: 89.96 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.21 g; Węglowodany ogółem: 271.4 g; suma cukrów prostych: 64.52 g; Błonnik pokarmowy: 40.45 g; Sól: 1.63 g; WW: 23.18 Por; Cholesterol: 148.47 mg;

poniedziałek 2024-07-15			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 20 g, ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml, kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 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.: 2234.11 kcal; Białko ogółem: 76.49 g; Tłuszcz: 102.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.36 g; Węglowodany ogółem: 249.66 g; suma cukrów prostych: 15.18 g; Błonnik pokarmowy: 9.46 g; Sól: 3.7 g; WW: 24.06 Por; Cholesterol: 234.26 mg;

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, ogórek kiszony 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml, kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb bezglutenowy 120 g, margaryna 15 g, pasta z ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), sałata zielona 8g 8 g, papryka świeża 100 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.: 2160.53 kcal; Białko ogółem: 76.25 g; Tłuszcz: 95.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.65 g; Węglowodany ogółem: 249.61 g; suma cukrów prostych: 14.92 g; Błonnik pokarmowy: 9.46 g; Sól: 3.7 g; WW: 24.06 Por; Cholesterol: 126.78 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-15			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 , ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ, RYB</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2186.06 kcal; Białko ogółem: 95.38 g; Tłuszcz: 109.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.52 g; Węglowodany ogółem: 213.1 g; suma cukrów prostych: 15.62 g; Błonnik pokarmowy: 9.64 g; Sól: 3.86 g; WW: 20.36 Por; Cholesterol: 273.22 mg;

poniedziałek 2024-07-15			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 , ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ, RYB</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 5g 5 g , rzodkiewka 40g 40 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1971.87 kcal; Białko ogółem: 77.24 g; Tłuszcz: 71.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.67 g; Węglowodany ogółem: 264.72 g; suma cukrów prostych: 29.48 g; Błonnik pokarmowy: 36.14 g; Sól: 8.81 g; WW: 22.88 Por; Cholesterol: 129.68 mg;

poniedziałek 2024-07-15			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 , ogórek kiszony 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu 400 ml ( <u>SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ, RYB</u> ), papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5g 5 g , rzodkiewka 40g 40 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2049.87 kcal; Białko ogółem: 78.54 g; Tłuszcz: 95.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.8 g; Węglowodany ogółem: 220 g; suma cukrów prostych: 20.2 g; Błonnik pokarmowy: 12.94 g; Sól: 5.13 g; WW: 20.67 Por; Cholesterol: 126.78 mg;

poniedziałek 2024-07-15			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> ), pasztet sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ), sałata zielona 20 g , ogórek kiszony 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami jarski 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlet z jaj 100 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 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> ), pasta z ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ, RYB</u> ), sałata zielona 8g 8 g , papryka świeża 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: koktajl truskawkowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2625.68 kcal; Białko ogółem: 89.23 g; Tłuszcz: 113.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 312.6 g; suma cukrów prostych: 53.74 g; Błonnik pokarmowy: 40.29 g; Sól: 8.5 g; WW: 27.56 Por; Cholesterol: 774.01 mg;

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Risotto wegetariańskie 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), .kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 70 g ( <u>RYB, SEL</u> ), dynia gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g , filet z indyka gotowany 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2160.51 kcal; Białko ogółem: 47.57 g; Tłuszcz: 77.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.07 g; Węglowodany ogółem: 306.38 g; suma cukrów prostych: 17.14 g; Błonnik pokarmowy: 12.61 g; Sól: 4.27 g; WW: 29.36 Por; Cholesterol: 176.6 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-15			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/ł 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, 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.: 2202.86 kcal; Białko ogółem: 75.77 g; Tłuszcz: 52.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.34 g; Węglowodany ogółem: 278.4 g; suma cukrów prostych: 39.53 g; Błonnik pokarmowy: 33.27 g; Sól: 4.42 g; WW: 24.69 Por; Cholesterol: 212.34 mg;

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3			
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		pomidorowa z makaronem drobnym- dieta b/ml 300 ml ( <u>GLU, JAJ, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU, MLE, 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;

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Biegunkowa			
Herbata czarna b/c 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), kleik ryżowy na wodzie 250 ml,		zupa ziemniaczana 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, marchewka gotowana z olejem 100 g, Herbata czarna b/c 200 ml,		kleik ryżowy na wodzie 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,		
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,		Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml, suchary 50 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml,				

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

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS			
makaron drobny na mleku ots 400 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), omelet na słoniu ots 150 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), podsmażona papryka z cebulą ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		krupnik z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki gotowane z tłuszczem ots 200 g ( <u>MLE</u> ), Ryba gotowana ots 150 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy ots 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), fasolka szparagowa z bułką tartą ots 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g ots 1 szt, sałatka jarzynowa ots 200 g ( <u>JAJ, SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml,		
		Posiłek nocny: Kasza manna na mleku z truskawką ots 300 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), biszkopty 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),				

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3079.25 kcal; Białko ogółem: 136.56 g; Tłuszcz: 132.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.6 g; Węglowodany ogółem: 347.8 g; suma cukrów prostych: 69.78 g; Błonnik pokarmowy: 29 g; Sól: 5.41 g; WW: 32.13 Por; Cholesterol: 841.91 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
makaron drobny na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), omelet na słoniu ots 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), podsmażona papryka z cebulą ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	krupnik z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ziemniaki gotowane z tłuszczem ots 200 g ( <u>MLE</u> ), Ryba gotowana ots 150 g ( <u>RYB</u> ), sos pietruszkowy ots 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), fasolka szparagowa z bułką tartą ots 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), wędlina pakow. hermet. 100g ots 1 szt , sałatka jarzynowa ots 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml , sok pomidorowy 300 ml ots 1 szt ,			
		Posiłek nocny: serek homo naturalny - ots 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2844.37 kcal; Białko ogółem: 144.26 g; Tłuszcz: 139.92 g; Kw.ł.nas.ogółem: 56.04 g; Węglowodany ogółem: 275.53 g; suma cukrów prostych: 42.97 g; Błonnik pokarmowy: 29.52 g; Sól: 6.8 g; WW: 24.87 Por; Cholesterol: 816.41 mg;

poniedziałek 2024-07-15			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.ł.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;

poniedziałek 2024-07-15			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.ł.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;

poniedziałek 2024-07-15			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.ł.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;

poniedziałek 2024-07-15			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.ł.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;

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kasza kukurydzina na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

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

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <b>MLE</b> ), chleb pszenny krojony 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 5 g ( <b>MLE</b> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml ( <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/ml 100 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), cukinia gotowana 150 g ,		Herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 50 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 5 g ( <b>MLE</b> ), jajko gotowane 50 g ( <b>JAJ</b> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	
II Śniadanie: suchary 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), kakao proszek 30 g , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,				Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g ( <b>OZI, ORZ</b> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2191.39 kcal; Białko ogółem: 79.93 g; Tłuszcz: 58.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.69 g; Węglowodany ogółem: 260.16 g; suma cukrów prostych: 26.34 g; Błonnik pokarmowy: 27.5 g; Sól: 7.32 g; WW: 23.38 Por; Cholesterol: 440.99 mg;

poniedziałek 2024-07-15			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 g ( <b>GLU</b> ), brokuł gotowany 100 g ,		wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,	
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,				Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,	

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

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <b>JAJ</b> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żył. 100 g ( <b>GLU</b> ),		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 ( <b>GLU</b> ), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt ,		chleb mieszany psz-żył. 100 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), 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 ( <b>GLU, MLE</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1850.8 kcal; Białko ogółem: 76.09 g; Tłuszcz: 64.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 20.9 g; Węglowodany ogółem: 256.22 g; suma cukrów prostych: 83.93 g; Błonnik pokarmowy: 48.44 g; Sól: 4.16 g; WW: 21.07 Por; Cholesterol: 710.25 mg;

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
		barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlec z jaj 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <b>MLE</b> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 955.81 kcal; Białko ogółem: 39.06 g; Tłuszcz: 37.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.74 g; Węglowodany ogółem: 108.63 g; suma cukrów prostych: 18.06 g; Błonnik pokarmowy: 13.85 g; Sól: 1.98 g; WW: 9.65 Por; Cholesterol: 645.3 mg;

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
makaron drobny na mleku 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE</b> ), wędlina 50 g , pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),		barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <b>SEL</b> ), sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml ,		chleb pszenny krojony 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE</b> ), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g ( <b>RYB, SEL</b> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: banan 200 g ,				Posiłek nocny: koktajl truskawkowy z/c 250 ml ( <b>MLE</b> ),	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2509.56 kcal; Białko ogółem: 106.63 g; Tłuszcz: 78.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.21 g; Węglowodany ogółem: 336.76 g; suma cukrów prostych: 86.86 g; Błonnik pokarmowy: 22.15 g; Sól: 4.82 g; WW: 31.63 Por; Cholesterol: 262.78 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-15			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> ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), sałata zielona 20 g, ogórek kiszony 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Kotlet z jaj 100 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ, RYB</u> ), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, wędlina 50 g,			
II Śniadanie: banan 200 g,		Posiłek nocny: koktajl truskawkowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2474 kcal; Białko ogółem: 102.76 g; Tłuszcz: 101.16 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.2 g; Węglowodany ogółem: 291.82 g; suma cukrów prostych: 88.82 g; Błonnik pokarmowy: 41.41 g; Sól: 9.14 g; WW: 25.31 Por; Cholesterol: 880.75 mg;

poniedziałek 2024-07-15			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> ), pasztet sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ), sałata zielona 20 g, ogórek kiszony 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami jarski 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Kotlet z jaj 100 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), surówka z marchwi i jabłka 130 g ( <u>MLE</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 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> ), pasta z ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ, RYB</u> ), sałata zielona 8g 8g, papryka świeża 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: koktajl truskawkowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2625.68 kcal; Białko ogółem: 89.23 g; Tłuszcz: 113.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 312.6 g; suma cukrów prostych: 53.74 g; Błonnik pokarmowy: 40.29 g; Sól: 8.5 g; WW: 27.56 Por; Cholesterol: 774.01 mg;

poniedziałek 2024-07-15			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 jarzynowa 100 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna z/c 400 ml,	barszcz czerwony z ziemniakami b/ml b/glu jarski 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki 200 g, Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ), rzodkiewka 40g 40g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2139.51 kcal; Białko ogółem: 54.93 g; Tłuszcz: 81.42 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.22 g; Węglowodany ogółem: 300.46 g; suma cukrów prostych: 45.37 g; Błonnik pokarmowy: 38.73 g; Sól: 6.37 g; WW: 26.37 Por; Cholesterol: 1 mg;

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, cukinia gotowana 130 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g ( <u>RYB, SEL</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),		Posiłek nocny: koktajl truskawkowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2695.71 kcal; Białko ogółem: 111.2 g; Tłuszcz: 89.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.69 g; Węglowodany ogółem: 357.3 g; suma cukrów prostych: 75.02 g; Błonnik pokarmowy: 19.24 g; Sól: 8.77 g; WW: 33.89 Por; Cholesterol: 337.18 mg;

poniedziałek 2024-07-15			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, ogórek kiszony 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Risotto z mięsem drobiowym i warzywami 400 g ( <u>SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z porzeczek czarnych 250 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ, RYB</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2595.2 kcal; Białko ogółem: 121.92 g; Tłuszcz: 99.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.29 g; Węglowodany ogółem: 315.34 g; suma cukrów prostych: 60.16 g; Błonnik pokarmowy: 33.05 g; Sól: 9.31 g; WW: 28.31 Por; Cholesterol: 327.45 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-15		Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna
makaron drobny na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</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> , ), pasztet zapiekany 60 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , ), ogórek kiszony 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ),	barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ), ziemniaki gotowane 200 g , Kotlet z jaj 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , ), szpinak gotowany - dieta 130 g ( <u>GLU</u> , ), .kompot z porzeczek czarnych 250 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> , ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , pasta z ryby wędzonej 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , ),
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , ),		Posiłek nocny: koktajl truskawkowy z/c 250 ml ( <u>MLE</u> , ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2982.12 kcal; Białko ogółem: 113.71 g; Tłuszcz: 116.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.71 g; Węglowodany ogółem: 377.13 g; suma cukrów prostych: 76.72 g; Błonnik pokarmowy: 38.32 g; Sól: 9.75 g; WW: 34.2 Por; Cholesterol: 965.82 mg;