

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2024-07-17</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
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> ), salami wp 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>może zawierać: SEL, GOR</u> ), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), 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> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasztet z fasoli 100 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, ORZ, GOR, SEZ</u> ), sałata zielona 8g 8g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2620.98 kcal; Białko ogółem: 93.77 g; Tłuszcz: 111.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.05 g; Węglowodany ogółem: 328.65 g; suma cukrów prostych: 39.03 g; Błonnik pokarmowy: 43.4 g; Sól: 7.15 g; WW: 28.83 Por; Cholesterol: 411.22 mg;

<b>środa 2024-07-17</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
ryż na mleku 300 g ( <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> ), salami wp 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>może zawierać: SEL, GOR</u> ), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</u> ), 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> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), Pasztet z fasoli 100 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, ORZ, GOR, SEZ</u> ), sałata zielona 8g 8g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2838.27 kcal; Białko ogółem: 104.02 g; Tłuszcz: 117.17 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.08 g; Węglowodany ogółem: 361.84 g; suma cukrów prostych: 53.93 g; Błonnik pokarmowy: 46.09 g; Sól: 7.43 g; WW: 31.92 Por; Cholesterol: 431.22 mg;

<b>środa 2024-07-17</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> ), salami wp 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>może zawierać: SEL, GOR</u> ), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</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> ), Pasztet z fasoli 100 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, może zawierać: GLU, ORZ, GOR, SEZ</u> ), sałata zielona 8g 8g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2708.55 kcal; Białko ogółem: 100.82 g; Tłuszcz: 121.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.47 g; Węglowodany ogółem: 322.66 g; suma cukrów prostych: 44.2 g; Błonnik pokarmowy: 44.15 g; Sól: 7.39 g; WW: 28.1 Por; Cholesterol: 412.62 mg;

<b>środa 2024-07-17</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> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL</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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> galaretką o smaku truskawkowym 200 g ,		<b>Posiłek nocny:</b> serek homogenizowany truskawkowy 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2564.84 kcal; Białko ogółem: 118.01 g; Tłuszcz: 85.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.54 g; Węglowodany ogółem: 340.33 g; suma cukrów prostych: 57.41 g; Błonnik pokarmowy: 24.26 g; Sól: 6.1 g; WW: 31.79 Por; Cholesterol: 344.05 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-07-17			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> ), salami wp 50 g ( <u>SOJ</u> , może zawierać: <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), mus z brzoskwiń 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2939.78 kcal; Białko ogółem: 111.62 g; Tłuszcz: 115.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.21 g; Węglowodany ogółem: 380.66 g; suma cukrów prostych: 80.68 g; Błonnik pokarmowy: 39.67 g; Sól: 9.78 g; WW: 34.31 Por; Cholesterol: 466.68 mg;

środa 2024-07-17			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt. ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, mus z brzoskwiń 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: galaretko o smaku truskawkowym 200 g, biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2154.15 kcal; Białko ogółem: 99.69 g; Tłuszcz: 65.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.68 g; Węglowodany ogółem: 297.88 g; suma cukrów prostych: 67.75 g; Błonnik pokarmowy: 21.53 g; Sól: 5.09 g; WW: 27.73 Por; Cholesterol: 338.56 mg;

środa 2024-07-17			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> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2183.57 kcal; Białko ogółem: 108.97 g; Tłuszcz: 70.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.07 g; Węglowodany ogółem: 286.01 g; suma cukrów prostych: 45.95 g; Błonnik pokarmowy: 21.24 g; Sól: 5.86 g; WW: 26.75 Por; Cholesterol: 281.28 mg;

środa 2024-07-17			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> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: galaretko o smaku truskawkowym 200 g,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2263.57 kcal; Białko ogółem: 111.37 g; Tłuszcz: 70.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.07 g; Węglowodany ogółem: 302.81 g; suma cukrów prostych: 45.95 g; Błonnik pokarmowy: 21.24 g; Sól: 5.86 g; WW: 28.43 Por; Cholesterol: 281.28 mg;

środa 2024-07-17			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 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</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> ), Paszłet z fasoli 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , może zawierać: <u>GLU</u> , <u>ORZ</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g,	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2580.91 kcal; Białko ogółem: 104.2 g; Tłuszcz: 96.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.99 g; Węglowodany ogółem: 337.92 g; suma cukrów prostych: 33.83 g; Błonnik pokarmowy: 51.02 g; Sól: 6.8 g; WW: 28.95 Por; Cholesterol: 323.82 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-07-17			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> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 20g, Herbata czarna b/c 400 ml,	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: ogórek świeży 100 g,		Posiłek nocny: sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ), papryka świeża 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1897.74 kcal; Białko ogółem: 97.82 g; Tłuszcz: 61.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.83 g; Węglowodany ogółem: 265.56 g; suma cukrów prostych: 35.03 g; Błonnik pokarmowy: 37.16 g; Sól: 5.36 g; WW: 23.1 Por; Cholesterol: 178.98 mg;

środa 2024-07-17			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, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 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 wędzony 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, sok owocowy 200ml 200 g, Brzoskwinia 150 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2670.91 kcal; Białko ogółem: 116.44 g; Tłuszcz: 103.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 49.39 g; Węglowodany ogółem: 348.61 g; suma cukrów prostych: 65.55 g; Błonnik pokarmowy: 46.22 g; Sól: 7.18 g; WW: 30.52 Por; Cholesterol: 284.41 mg;

środa 2024-07-17			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 świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 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. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2142.8 kcal; Białko ogółem: 105.71 g; Tłuszcz: 72.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.38 g; Węglowodany ogółem: 285.96 g; suma cukrów prostych: 33.27 g; Błonnik pokarmowy: 39.58 g; Sól: 5.99 g; WW: 24.91 Por; Cholesterol: 204.28 mg;

środa 2024-07-17			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> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</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> ), Pasztet z fasoli 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>może zawierać: GLU</u> , <u>ORZ</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g,	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2785.81 kcal; Białko ogółem: 114.21 g; Tłuszcz: 101.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40 g; Węglowodany ogółem: 367.92 g; suma cukrów prostych: 46.13 g; Błonnik pokarmowy: 51.56 g; Sól: 7.08 g; WW: 31.93 Por; Cholesterol: 343.82 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-07-17			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 100g 100 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), 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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), twaróg krajanka 30 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2048.46 kcal; Białko ogółem: 118.29 g; Tłuszcz: 54.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.12 g; Węglowodany ogółem: 287.76 g; suma cukrów prostych: 27.23 g; Błonnik pokarmowy: 22.61 g; Sól: 5.57 g; WW: 26.78 Por; Cholesterol: 168.9 mg;

środa 2024-07-17			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z brokołu 100 g , pomidor b/skóry 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb PKU 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2196.39 kcal; Białko ogółem: 51.72 g; Tłuszcz: 77.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.75 g; Węglowodany ogółem: 319.13 g; suma cukrów prostych: 26.87 g; Błonnik pokarmowy: 13.61 g; Sól: 2.46 g; WW: 30.59 Por; Cholesterol: 128.81 mg;

środa 2024-07-17			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), 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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), miód 50 g , mus z brzoskwiń 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2269.87 kcal; Białko ogółem: 101.21 g; Tłuszcz: 54.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.6 g; Węglowodany ogółem: 360.23 g; suma cukrów prostych: 78.39 g; Błonnik pokarmowy: 20.67 g; Sól: 5 g; WW: 34.2 Por; Cholesterol: 237.9 mg;

środa 2024-07-17			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. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), 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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), miód 50 g , mus z brzoskwiń 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2305.27 kcal; Białko ogółem: 106.97 g; Tłuszcz: 57.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.97 g; Węglowodany ogółem: 356.68 g; suma cukrów prostych: 71.99 g; Błonnik pokarmowy: 20.81 g; Sól: 5.21 g; WW: 33.88 Por; Cholesterol: 188.9 mg;

środa 2024-07-17			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
ryż na mleku 300 g ( <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> ), salami wp 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), 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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: 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> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3139.63 kcal; Białko ogółem: 121.48 g; Tłuszcz: 132.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 53.18 g; Węglowodany ogółem: 386.11 g; suma cukrów prostych: 56.04 g; Błonnik pokarmowy: 45.45 g; Sól: 9.04 g; WW: 34.4 Por; Cholesterol: 430.26 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-07-17			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ),		płynna - obiad 600 ml ,		płynna - kolacja 350 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ),	
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ),			Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2291.1 kcal; Białko ogółem: 131.07 g; Tłuszcz: 140.93 g; Kw.łł.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;

środa 2024-07-17			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.łł.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;

środa 2024-07-17			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> ), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL, _</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ),		pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL, _</u> ), kompot z jabłek i porzeczki 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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE, _</u> ), mus z brzoskwiń 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	
			Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2640.05 kcal; Białko ogółem: 113.93 g; Tłuszcz: 96.22 g; Kw.łł.nas.ogółem: 41.83 g; Węglowodany ogółem: 346.38 g; suma cukrów prostych: 68.94 g; Błonnik pokarmowy: 22.37 g; Sól: 5.81 g; WW: 32.66 Por; Cholesterol: 356.99 mg;

środa 2024-07-17			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 mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL, _</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,		pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL, _</u> ), kompot z jabłek i porzeczki 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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE, _</u> ), marchewka gotowana 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE, _</u> ),			Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2661.32 kcal; Białko ogółem: 112.45 g; Tłuszcz: 106.27 g; Kw.łł.nas.ogółem: 43.02 g; Węglowodany ogółem: 330.83 g; suma cukrów prostych: 37.14 g; Błonnik pokarmowy: 23.7 g; Sól: 5.77 g; WW: 31.01 Por; Cholesterol: 349.79 mg;

środa 2024-07-17			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 świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL, może zawierać: GOR, _</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE, SEL, _</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,		chleb razowy 100 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE, _</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	
II Śniadanie: Brzoskwinia 150 g ,			Posiłek nocny: kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1654.96 kcal; Białko ogółem: 89.27 g; Tłuszcz: 51.38 g; Kw.łł.nas.ogółem: 25.86 g; Węglowodany ogółem: 222.93 g; suma cukrów prostych: 35.93 g; Błonnik pokarmowy: 29.67 g; Sól: 4.31 g; WW: 19.59 Por; Cholesterol: 178.58 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-07-17			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 8g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</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> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2163.08 kcal; Białko ogółem: 100.41 g; Tłuszcz: 80.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.68 g; Węglowodany ogółem: 286.06 g; suma cukrów prostych: 33.35 g; Błonnik pokarmowy: 39.58 g; Sól: 5.99 g; WW: 24.93 Por; Cholesterol: 237.36 mg;

środa 2024-07-17			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, wędlina 50 g, włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml, jabłko gotowane 150 g,	pomidorowa z makaronem b/glut i b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml, seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, miód 50 g, mus z brzoskwiń 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
		<b>Posiłek nocny:</b> sok owocowy 200ml 200 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2018.93 kcal; Białko ogółem: 66.01 g; Tłuszcz: 45.14 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.16 g; Węglowodany ogółem: 344.18 g; suma cukrów prostych: 86.27 g; Błonnik pokarmowy: 30.06 g; Sól: 4.53 g; WW: 31.65 Por; Cholesterol: 52.32 mg;

środa 2024-07-17			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, salami wp 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>może zawierać: SEL</u> , <u>GOR</u> ), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	pomidorowa z makaronem b/glut i b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		<b>Posiłek nocny:</b> sok owocowy 200ml 200 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2341.6 kcal; Białko ogółem: 82.47 g; Tłuszcz: 99.66 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.4 g; Węglowodany ogółem: 297.81 g; suma cukrów prostych: 43.46 g; Błonnik pokarmowy: 37.8 g; Sól: 7 g; WW: 26.35 Por; Cholesterol: 726.82 mg;

środa 2024-07-17			Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g, Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g, ogórek świeży 150 g, Herbata czarna z/c 250 ml, wafle ryżowe 40 g,	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g, ziemniaki gotowane 200 g, mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 120 g, surówka z marchwi i jabłka 150 g ( <u>MLE</u> ), woda n/g 0,5L 1 szt,	risotto z mięsa z udźca z indyka i warzywami (bez selera) ATOP 400 g, Herbata czarna z/c 250 ml,			
<b>II Śniadanie:</b> banan 200 g, marchwianka KUCHNIA MLECZNA 300 ml,		<b>Posiłek nocny:</b> 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;

środa 2024-07-17			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	pomidorowa z makaronem b/glut i b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml,	chleb bezglutenowy 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2155.5 kcal; Białko ogółem: 92.67 g; Tłuszcz: 100.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 231.9 g; suma cukrów prostych: 21.02 g; Błonnik pokarmowy: 14.87 g; Sól: 2.87 g; WW: 21.85 Por; Cholesterol: 257.48 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-07-17			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , salami wp 50 g ( <b>SOJ. może zawierać: SEL, GOR.</b> ), sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	pomidorowa z makaronem b/glut i b/ml 400 ml ( <b>SEL.</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <b>SEL. może zawierać: GOR.</b> ), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , seler gotowany 130 g ( <b>SEL.</b> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <b>JAJ.</b> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2056.9 kcal; Białko ogółem: 82.02 g; Tłuszcz: 102.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 13.33 g; Węglowodany ogółem: 213.18 g; suma cukrów prostych: 37.37 g; Błonnik pokarmowy: 13.29 g; Sól: 3.4 g; WW: 20.2 Por; Cholesterol: 657.78 mg;

środa 2024-07-17			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE.</b> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	pomidorowa z makaronem b/glut i b/ml 400 ml ( <b>SEL.</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <b>SEL. może zawierać: GOR.</b> ), surówka z selera 130 g ( <b>MLE, SEL.</b> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE.</b> ), serek do smarowania 80 g ( <b>MLE.</b> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g ( <b>MLE.</b> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE.</b> ), sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <b>GOR.</b> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2235 kcal; Białko ogółem: 98.07 g; Tłuszcz: 102.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 231.9 g; suma cukrów prostych: 21.02 g; Błonnik pokarmowy: 14.87 g; Sól: 2.87 g; WW: 21.85 Por; Cholesterol: 257.48 mg;

środa 2024-07-17			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g ( <b>GLU.</b> ), margaryna 15 g , salami wp 50 g ( <b>SOJ. może zawierać: SEL, GOR.</b> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	pomidorowa z makaronem b/glut i b/ml 400 ml ( <b>SEL.</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet pożarski 90 g ( <b>GLU, JAJ, SEL. może zawierać: GOR.</b> ), seler gotowany 130 g ( <b>SEL.</b> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <b>GLU.</b> ), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <b>JAJ.</b> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <b>GLU.</b> ), margaryna 15 g , ogórek świeży 100 g ,		Posiłek nocny: sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <b>GOR.</b> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2563.51 kcal; Białko ogółem: 92.78 g; Tłuszcz: 121.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.94 g; Węglowodany ogółem: 295.79 g; suma cukrów prostych: 29.12 g; Błonnik pokarmowy: 42.28 g; Sól: 7.87 g; WW: 25.7 Por; Cholesterol: 728.72 mg;

środa 2024-07-17			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , salami wp 50 g ( <b>SOJ. może zawierać: SEL, GOR.</b> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	pomidorowa z makaronem b/glut i b/ml 400 ml ( <b>SEL.</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , filet drobiowy gotowany 90 g ( <b>SEL. może zawierać: GOR.</b> ), sos pietruszkowy b/ml b/glu 100 ml , seler gotowany 130 g ( <b>SEL.</b> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <b>JAJ.</b> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g , ogórek świeży 100 g ,		Posiłek nocny: sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <b>GOR.</b> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2423.01 kcal; Białko ogółem: 95.43 g; Tłuszcz: 128.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.1 g; Węglowodany ogółem: 234.44 g; suma cukrów prostych: 19.75 g; Błonnik pokarmowy: 17.97 g; Sól: 3.93 g; WW: 21.92 Por; Cholesterol: 657.78 mg;

środa 2024-07-17			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 50 g ( <b>GLU.</b> ), masło 82% tł. 5 g ( <b>MLE.</b> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <b>SEL.</b> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,	dyniowa z ziemniakami b/mleka - dieta 300 ml ( <b>GLU, SEL.</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <b>GLU, JAJ.</b> ), sos koperkowy b/mleczny 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 2 szt. 100 g ( <b>JAJ.</b> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,			
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <b>MLE.</b> ),		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml , chrupki kukurydziane 80 g ( <b>OZI, ORZ.</b> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1846.21 kcal; Białko ogółem: 81.11 g; Tłuszcz: 64.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.83 g; Węglowodany ogółem: 244.29 g; suma cukrów prostych: 48.8 g; Błonnik pokarmowy: 39.22 g; Sól: 7.9 g; WW: 20.76 Por; Cholesterol: 764.94 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-07-17 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, sałata 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;

środa 2024-07-17 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;

środa 2024-07-17 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
kasza manna na mleku 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), kalambr gotowany 100 g, kielbasa biała 120 g, ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml,	rosół z makaronem ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Ziemniaki gotowane z tłuszczem 200 g ( <u>MLE</u> ), udko z kurczaka duszone z/k z/s ots 200 g, marchew z groszkiem ots 150 g ( <u>GLU</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> ), pomidor b/skóry ots 100 g, dżem 2 szt. ots 50 g, hummus ots 1 szt ( <u>SEZ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml,
		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c ots 250 g ( <u>MLE</u> ), rodzyнки ots 25 g,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2979.45 kcal; Białko ogółem: 107.68 g; Tłuszcz: 141.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.83 g; Węglowodany ogółem: 328.91 g; suma cukrów prostych: 88.31 g; Błonnik pokarmowy: 30.44 g; Sól: 4.46 g; WW: 29.75 Por; Cholesterol: 267.93 mg;

środa 2024-07-17 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
kasza manna na mleku 400 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), kalambr gotowany ots 100 g, kielbasa biała - ots 120 g, ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml,	rosół z makaronem ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Ziemniaki gotowane z tłuszczem ots 200 g ( <u>MLE</u> ), udko z kurczaka duszone z/k z/s ots 200 g, brokuł gotowany 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> ), pomidor b/skóry ots 100 g, wędlina pakow. hermet. 100g ots 1 szt, hummus ots 1 szt ( <u>SEZ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml,
		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym b/c ots 250 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2895.27 kcal; Białko ogółem: 126.72 g; Tłuszcz: 151.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.14 g; Węglowodany ogółem: 263.91 g; suma cukrów prostych: 48.8 g; Błonnik pokarmowy: 26.28 g; Sól: 4.16 g; WW: 23.7 Por; Cholesterol: 267.93 mg;

środa 2024-07-17 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

środa 2024-07-17			Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

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

środa 2024-07-17			Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

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

środa 2024-07-17			Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

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

środa 2024-07-17			Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ),	Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: Kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

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

środa 2024-07-17			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</u> , <u>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</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), kakao proszek 30 g , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ), 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;

środa 2024-07-17			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 g ( <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

środa 2024-07-17 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;

środa 2024-07-17 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1246.7 kcal; Białko ogółem: 52.82 g; Tłuszcz: 56.99 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.55 g; Węglowodany ogółem: 133.65 g; suma cukrów prostych: 13.37 g; Błonnik pokarmowy: 12.07 g; Sól: 2.42 g; WW: 12.3 Por; Cholesterol: 257.33 mg;

środa 2024-07-17 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> ), wędlina 50 g, sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: galaretka o smaku truskawkowym 200 g,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2263.57 kcal; Białko ogółem: 111.37 g; Tłuszcz: 70.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.07 g; Węglowodany ogółem: 302.81 g; suma cukrów prostych: 45.95 g; Błonnik pokarmowy: 21.24 g; Sól: 5.86 g; WW: 28.43 Por; Cholesterol: 281.28 mg;

środa 2024-07-17 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> ), sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> ),	ziemniaki gotowane 200 g, surówka z selera 130 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml, pomidorowa z makaronem b/glut i b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ), Kotletry sojowe 100 g ( <u>SOJ</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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2062.67 kcal; Białko ogółem: 96.04 g; Tłuszcz: 66.84 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.76 g; Węglowodany ogółem: 281.55 g; suma cukrów prostych: 37.12 g; Błonnik pokarmowy: 33.32 g; Sól: 5.79 g; WW: 25.05 Por; Cholesterol: 205.36 mg;

środa 2024-07-17 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, Herbata czarna z/c 400 ml, pasztet sojowy 113 g ( <u>SOJ</u> ), papryka świeża 100 g,	.kompot z porzeczek czarnych 250 ml, Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pomidorowa z makaronem b/glut i b/ml 400 ml ( <u>SEL</u> ),	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g, Herbata czarna z/c 400 ml, sałatka z soczewicą kons. 150 g ( <u>GOR</u> ),
		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2125.08 kcal; Białko ogółem: 58.36 g; Tłuszcz: 76.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.6 g; Węglowodany ogółem: 311.47 g; suma cukrów prostych: 53.45 g; Błonnik pokarmowy: 36.73 g; Sól: 6.97 g; WW: 27.64 Por; Cholesterol: 2.4 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-07-17			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> ), wędlina 50 g, włoszczyzna 3 skł. gotowana 50 g ( <u>SEL</u> ), kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, filet drobiowy gotowany 90 g ( <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pietruszkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), mus z brzoskwiń 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2438.57 kcal; Białko ogółem: 113.44 g; Tłuszcz: 74.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.74 g; Węglowodany ogółem: 335.79 g; suma cukrów prostych: 76.21 g; Błonnik pokarmowy: 21.21 g; Sól: 5.99 g; WW: 31.65 Por; Cholesterol: 350.28 mg;

środa 2024-07-17			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> ), salami wp 50 g ( <u>SOJ</u> , może zawierać: <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml, dynia gotowana 50 g,			
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), kefir 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z brokołu 100 g,	Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3072.93 kcal; Białko ogółem: 117.93 g; Tłuszcz: 138.74 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.84 g; Węglowodany ogółem: 348.92 g; suma cukrów prostych: 55.75 g; Błonnik pokarmowy: 44.98 g; Sól: 10.83 g; WW: 30.58 Por; Cholesterol: 449.68 mg;

środa 2024-07-17			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
ryż na mleku 300 g ( <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> ), salami wp 50 g ( <u>SOJ</u> , może zawierać: <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ogórek kiszony 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, kotlet pożarski 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), seler gotowany 130 g ( <u>SEL</u> ), 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> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), mus z brzoskwiń 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: biszkopty 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2939.78 kcal; Białko ogółem: 111.62 g; Tłuszcz: 115.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.21 g; Węglowodany ogółem: 380.66 g; suma cukrów prostych: 80.68 g; Błonnik pokarmowy: 39.67 g; Sól: 9.78 g; WW: 34.31 Por; Cholesterol: 466.68 mg;