

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-07-19 <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> ), serek do smarowania smakowy 80 g, sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), Sos szpinakowy 150 ml ( <u>GLU</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z rzodkiewką 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml, wędlina 30g 30g,
		Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2305.52 kcal; Białko ogółem: 97.45 g; Tłuszcz: 79.54 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.74 g; Węglowodany ogółem: 330.71 g; suma cukrów prostych: 41.79 g; Błonnik pokarmowy: 39.29 g; Sól: 5.84 g; WW: 29.51 Por; Cholesterol: 125.83 mg;

piątek 2024-07-19 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania smakowy 80 g, sałata zielona 8g 8g, ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, Ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), Sos szpinakowy 150 ml ( <u>GLU</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z rzodkiewką 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2587.66 kcal; Białko ogółem: 102.07 g; Tłuszcz: 92.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.25 g; Węglowodany ogółem: 367.71 g; suma cukrów prostych: 57.04 g; Błonnik pokarmowy: 42.47 g; Sól: 6.15 g; WW: 32.93 Por; Cholesterol: 170.63 mg;

piątek 2024-07-19 <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> ), serek do smarowania 80 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> ),	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), Sos szpinakowy 150 ml ( <u>GLU</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z rzodkiewką 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2161.32 kcal; Białko ogółem: 101.41 g; Tłuszcz: 73.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.82 g; Węglowodany ogółem: 301.06 g; suma cukrów prostych: 51.51 g; Błonnik pokarmowy: 35.09 g; Sól: 6.58 g; WW: 26.81 Por; Cholesterol: 254.43 mg;

piątek 2024-07-19 <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> ), serek do smarowania 80 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> ),	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), Sos szpinakowy 150 ml ( <u>GLU</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z rzodkiewką 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: banan 200 g,		Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2370.92 kcal; Białko ogółem: 102.15 g; Tłuszcz: 71.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.52 g; Węglowodany ogółem: 353.34 g; suma cukrów prostych: 76.47 g; Błonnik pokarmowy: 32.57 g; Sól: 6.48 g; WW: 32.35 Por; Cholesterol: 241.03 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-07-19			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), Sos szpinakowy 150 ml ( <u>GLU</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),		Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2700.1 kcal; Białko ogółem: 116.39 g; Tłuszcz: 78.94 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.88 g; Węglowodany ogółem: 416.78 g; suma cukrów prostych: 90.8 g; Błonnik pokarmowy: 43.95 g; Sól: 7.53 g; WW: 37.67 Por; Cholesterol: 257.63 mg;

piątek 2024-07-19			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 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> ),	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), Sos szpinakowy 150 ml ( <u>GLU</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g, 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> ), pasta z twarogu z rzodkiewką 100 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8g, pomidor 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: banan 200 g,		Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2346.12 kcal; Białko ogółem: 113.08 g; Tłuszcz: 64.06 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.05 g; Węglowodany ogółem: 353.77 g; suma cukrów prostych: 76.41 g; Błonnik pokarmowy: 32.57 g; Sól: 6.48 g; WW: 32.39 Por; Cholesterol: 216.23 mg;

piątek 2024-07-19			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos szpinakowy 150 ml ( <u>GLU</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2262.35 kcal; Białko ogółem: 110.72 g; Tłuszcz: 63.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.51 g; Węglowodany ogółem: 336.01 g; suma cukrów prostych: 52.99 g; Błonnik pokarmowy: 23.31 g; Sól: 6.49 g; WW: 31.55 Por; Cholesterol: 249.52 mg;

piątek 2024-07-19			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos szpinakowy 150 ml ( <u>GLU</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: banan 200 g,		Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2414.15 kcal; Białko ogółem: 111.58 g; Tłuszcz: 72.25 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.35 g; Węglowodany ogółem: 353.38 g; suma cukrów prostych: 86.39 g; Błonnik pokarmowy: 28.39 g; Sól: 6.5 g; WW: 32.82 Por; Cholesterol: 274.32 mg;

piątek 2024-07-19			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos szpinakowy 150 ml ( <u>GLU</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z rzodkiewką 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: 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> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2273.18 kcal; Białko ogółem: 128.56 g; Tłuszcz: 78.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.57 g; Węglowodany ogółem: 303.79 g; suma cukrów prostych: 42.93 g; Błonnik pokarmowy: 37.93 g; Sól: 8.52 g; WW: 26.86 Por; Cholesterol: 224.18 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-07-19 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. Diab. Police		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z fasolki szparag. -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos szpinakowy 150 ml ( <u>GLU</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z rzodkiewką 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: rzodkiewka 40g 40 g ,		Posiłek nocny: Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), papryka świeża 100 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1796.47 kcal; Białko ogółem: 100.04 g; Tłuszcz: 48.37 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.77 g; Węglowodany ogółem: 268.99 g; suma cukrów prostych: 35.54 g; Błonnik pokarmowy: 35.53 g; Sól: 6.59 g; WW: 23.61 Por; Cholesterol: 114.84 mg;

piątek 2024-07-19 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z fasolki szparag. -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos szpinakowy 150 ml ( <u>GLU</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z rzodkiewką 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), rzodkiewka 40g 40 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> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2458.62 kcal; Białko ogółem: 117.25 g; Tłuszcz: 79.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.16 g; Węglowodany ogółem: 348.57 g; suma cukrów prostych: 73.02 g; Błonnik pokarmowy: 53.19 g; Sól: 9.05 g; WW: 29.84 Por; Cholesterol: 459.76 mg;

piątek 2024-07-19 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z fasolki szparag. -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos szpinakowy 150 ml ( <u>GLU</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z rzodkiewką 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 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> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2056.79 kcal; Białko ogółem: 109.46 g; Tłuszcz: 60.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.11 g; Węglowodany ogółem: 299.24 g; suma cukrów prostych: 39.89 g; Błonnik pokarmowy: 37.93 g; Sól: 8.34 g; WW: 26.35 Por; Cholesterol: 152.14 mg;

piątek 2024-07-19 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z fasolki szparag. -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos szpinakowy 150 ml ( <u>GLU</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z rzodkiewką 100 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: 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> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2570.17 kcal; Białko ogółem: 149.85 g; Tłuszcz: 89.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.24 g; Węglowodany ogółem: 331.93 g; suma cukrów prostych: 55.24 g; Błonnik pokarmowy: 38.43 g; Sól: 8.8 g; WW: 29.65 Por; Cholesterol: 260.72 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-07-19			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> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos szpinakowy 150 ml ( <u>GLU</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), skyr naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2053.33 kcal; Białko ogółem: 124.12 g; Tłuszcz: 53.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.93 g; Węglowodany ogółem: 295.63 g; suma cukrów prostych: 36.82 g; Błonnik pokarmowy: 27.02 g; Sól: 10.14 g; WW: 27.16 Por; Cholesterol: 149.64 mg;

piątek 2024-07-19			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), twaróg krajanka 50g 50 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, pulpet rybny 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos szpinakowy 150 ml ( <u>GLU</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb PKU 30 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1987.52 kcal; Białko ogółem: 53.23 g; Tłuszcz: 70.41 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.72 g; Węglowodany ogółem: 289.19 g; suma cukrów prostych: 30.56 g; Błonnik pokarmowy: 19.87 g; Sól: 5.78 g; WW: 27.08 Por; Cholesterol: 161.86 mg;

piątek 2024-07-19			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos szpinakowy 150 ml ( <u>GLU</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,			
II Śniadanie: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2473.16 kcal; Białko ogółem: 119.83 g; Tłuszcz: 56.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 24.81 g; Węglowodany ogółem: 397.5 g; suma cukrów prostych: 95.96 g; Błonnik pokarmowy: 27.48 g; Sól: 8.22 g; WW: 37.34 Por; Cholesterol: 169.04 mg;

piątek 2024-07-19			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g, pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos szpinakowy 150 ml ( <u>GLU</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2462.04 kcal; Białko ogółem: 119.62 g; Tłuszcz: 64.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.63 g; Węglowodany ogółem: 377.49 g; suma cukrów prostych: 85.26 g; Błonnik pokarmowy: 27.33 g; Sól: 7.89 g; WW: 35.39 Por; Cholesterol: 189.12 mg;

piątek 2024-07-19			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa (2800kcal)		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</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> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, ogórek świeży 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), Sos szpinakowy 150 ml ( <u>GLU</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z rzodkiewką 100 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: bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2535.02 kcal; Białko ogółem: 115.85 g; Tłuszcz: 81.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.22 g; Węglowodany ogółem: 365.93 g; suma cukrów prostych: 62.1 g; Błonnik pokarmowy: 39.79 g; Sól: 7.15 g; WW: 32.92 Por; Cholesterol: 273.03 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-07-19		
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.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;

piątek 2024-07-19		
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.tł.nas.ogółem: 45.76 g; Węglowodany ogółem: 148.76 g; suma cukrów prostych: 4.7 g; Błonnik pokarmowy: 5.9 g; Sól: 1.62 g; WW: 14.46 Por; Cholesterol: 1040.36 mg;

piątek 2024-07-19		
Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE, _</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE, _</u> ), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ),	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, _</u> ), Sos szpinakowy 150 ml ( <u>GLU, _</u> ), marchewka gotowana 130 g , 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> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE, _</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL, _</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2441.49 kcal; Białko ogółem: 113.15 g; Tłuszcz: 65.71 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.37 g; Węglowodany ogółem: 375.05 g; suma cukrów prostych: 107.31 g; Błonnik pokarmowy: 26.19 g; Sól: 6.94 g; WW: 35.3 Por; Cholesterol: 181.12 mg;

piątek 2024-07-19		
Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, _</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE, _</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, _</u> ), Sos szpinakowy 150 ml ( <u>GLU, _</u> ), marchewka gotowana 130 g , 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> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <u>MLE, _</u> ), seler gotowany 100 g ( <u>SEL, _</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),		Posiłek nocny: Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2351.69 kcal; Białko ogółem: 105.89 g; Tłuszcz: 69.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.47 g; Węglowodany ogółem: 350.39 g; suma cukrów prostych: 75.97 g; Błonnik pokarmowy: 26.93 g; Sól: 9.62 g; WW: 32.68 Por; Cholesterol: 157.92 mg;

piątek 2024-07-19		
Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE, _</u> ), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, _</u> ), Sos szpinakowy 150 ml ( <u>GLU, _</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), pasta z twarogu z rzodkiewką 100 g ( <u>MLE, _</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE, _</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 50 g ( <u>SEL, _</u> ), ogórek kiszony 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1693.26 kcal; Białko ogółem: 100 g; Tłuszcz: 43.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.13 g; Węglowodany ogółem: 252.2 g; suma cukrów prostych: 37.56 g; Błonnik pokarmowy: 32.79 g; Sól: 7.48 g; WW: 22.15 Por; Cholesterol: 116.82 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-07-19 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa</span>		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z fasolki szparag. -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos szpinakowy 150 ml ( <u>GLU</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z rzodkiewką 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , pomidor 50 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> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2066.57 kcal; Białko ogółem: 103.11 g; Tłuszcz: 68.13 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.62 g; Węglowodany ogółem: 290.04 g; suma cukrów prostych: 33.67 g; Błonnik pokarmowy: 37.93 g; Sól: 8.1 g; WW: 25.47 Por; Cholesterol: 173.22 mg;

piątek 2024-07-19 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna</span>		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , dżem owocowy 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos szpinakowy 150 ml ( <u>GLU</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1977.88 kcal; Białko ogółem: 84.61 g; Tłuszcz: 49.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.54 g; Węglowodany ogółem: 309.39 g; suma cukrów prostych: 58.31 g; Błonnik pokarmowy: 23.22 g; Sól: 5.22 g; WW: 28.88 Por; Cholesterol: 105.89 mg;

piątek 2024-07-19 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA</span>		
chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), Sos szpinakowy 150 ml ( <u>GLU</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		<b>Posiłek nocny:</b> sok owocowy 200ml 200 g , chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , dżem owocowy 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1952.48 kcal; Białko ogółem: 79.9 g; Tłuszcz: 60.48 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3.38 g; Węglowodany ogółem: 292.83 g; suma cukrów prostych: 57.95 g; Błonnik pokarmowy: 38.11 g; Sól: 5 g; WW: 25.73 Por; Cholesterol: 85.5 mg;

piątek 2024-07-19 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Atopowa</span>		
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g ( <u>GLU</u> ), Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atopowa 240 g , ziemniaki gotowane 200 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml ( <u>GLU</u> ), brokuł gotowany 150 g , woda n/g 0,5L 1 szt ,	Zapiekanka z ziemniaków i warzyw - d. atopowa 400 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
<b>II Śniadanie:</b> kisiel z jabłek z/c 200 ml ,		<b>Posiłek nocny:</b> Mus z jabłek z/c 150 g , ryż na wodzie 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1863.5 kcal; Białko ogółem: 60.32 g; Tłuszcz: 69.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.16 g; Węglowodany ogółem: 258.31 g; suma cukrów prostych: 73.52 g; Błonnik pokarmowy: 38.29 g; Sól: 1.93 g; WW: 22.28 Por; Cholesterol: 138.52 mg;

piątek 2024-07-19 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN</span>		
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 , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), Sos szpinakowy b/glu 150 ml , bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z rzodkiewką 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml , jajko gotowane 2 szt. 0 g ( <u>JAJ</u> ), jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ),
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , sok owocowy 200ml 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2061.75 kcal; Białko ogółem: 96.71 g; Tłuszcz: 99.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.14 g; Węglowodany ogółem: 217.42 g; suma cukrów prostych: 57.39 g; Błonnik pokarmowy: 12.93 g; Sól: 2.53 g; WW: 20.66 Por; Cholesterol: 754.23 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-07-19 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , sałata zielona 8g 8 g , ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), Sos szpinakowy b/glu 150 ml , bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5g 5 g , dżem owocowy 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1884.32 kcal; Białko ogółem: 95.16 g; Tłuszcz: 89.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.7 g; Węglowodany ogółem: 184.71 g; suma cukrów prostych: 29.14 g; Błonnik pokarmowy: 10.15 g; Sól: 1.55 g; WW: 17.71 Por; Cholesterol: 639.55 mg;

piątek 2024-07-19 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek wiejski 200 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos szpinakowy b/glu 150 ml , bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z rzodkiewką 100 g ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 50 g ( <u>JAJ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2050.14 kcal; Białko ogółem: 111.33 g; Tłuszcz: 89.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.61 g; Węglowodany ogółem: 221.96 g; suma cukrów prostych: 28.2 g; Błonnik pokarmowy: 12.51 g; Sól: 4.68 g; WW: 21.12 Por; Cholesterol: 408.87 mg;

piątek 2024-07-19 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos szpinakowy 150 ml ( <u>GLU</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 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 , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2095.48 kcal; Białko ogółem: 108.7 g; Tłuszcz: 74.07 g; Kw.tł.nas.ogółem: 8.16 g; Węglowodany ogółem: 267.76 g; suma cukrów prostych: 27.28 g; Błonnik pokarmowy: 37.06 g; Sól: 7.9 g; WW: 23.33 Por; Cholesterol: 656.34 mg;

piątek 2024-07-19 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , pasta z mięsa drob. 100 g , ogórek świeży 100 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny b/glu 90 g ( <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos szpinakowy b/glu 150 ml , bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , jajko gotowane 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5g 5 g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g ( <u>SEL</u> ), ogórek kiszony 50 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2108.52 kcal; Białko ogółem: 108.07 g; Tłuszcz: 98.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 7.23 g; Węglowodany ogółem: 209.2 g; suma cukrów prostych: 17.81 g; Błonnik pokarmowy: 13.43 g; Sól: 4.08 g; WW: 19.78 Por; Cholesterol: 653.44 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-07-19			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. b/ml - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		marchewkowa z ziemniakami - dieta b/ml 300 ml ( <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Mięso drobiowe gotowane 100 g, sos pietruszkowy b/ml 100 ml ( <u>GLU</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		chleb pszenny krojony 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ), bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g,			Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 50 g ( <u>SEL</u> ), kakao proszek 30 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2230.4 kcal; Białko ogółem: 93.1 g; Tłuszcz: 70.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.6 g; Węglowodany ogółem: 230.24 g; suma cukrów prostych: 32.06 g; Błonnik pokarmowy: 23.22 g; Sól: 4.97 g; WW: 20.92 Por; Cholesterol: 737.43 mg;

piątek 2024-07-19			Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), Mus z jabłek b/c 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		krupnik z ziemniakami - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Makaron drobny gotowany 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos boloński z mięsa drob. -dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,		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,	
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z jaj z kop. - dieta 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), marchewka gotowana 100 g,			Posiłek nocny: kakao proszek 30 g, jogurt naturalny b/l 1 szt ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2019.75 kcal; Białko ogółem: 100.38 g; Tłuszcz: 71.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.1 g; Węglowodany ogółem: 247.23 g; suma cukrów prostych: 57.91 g; Błonnik pokarmowy: 30.07 g; Sól: 7.51 g; WW: 21.95 Por; Cholesterol: 719.56 mg;

piątek 2024-07-19			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> ), kasza gryczana na sypko 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.: 1550.33 kcal; Białko ogółem: 46.64 g; Tłuszcz: 24.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.66 g; Węglowodany ogółem: 289.68 g; suma cukrów prostych: 9.71 g; Błonnik pokarmowy: 20.75 g; Sól: .78 g; WW: 26.89 Por; Cholesterol: 0 mg;

piątek 2024-07-19			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), pomidor b/skóry - ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, makaron drobny na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),		jarzynowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), puree ziemniaczane ots 200 g ( <u>MLE</u> ), Szywna wieprzowa duszona ots 120 g, kapusta czerwona zasmażana ots 150 g ( <u>GLU</u> ), sos meksykański ots 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</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> ), Gulasz warzywny z ciecierzycą ots 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml,	
			Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c ots 250 g ( <u>MLE</u> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2774.82 kcal; Białko ogółem: 111.51 g; Tłuszcz: 121.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.94 g; Węglowodany ogółem: 321.19 g; suma cukrów prostych: 78.44 g; Błonnik pokarmowy: 31.24 g; Sól: 7.14 g; WW: 29.1 Por; Cholesterol: 291.3 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-07-19			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb graham 30 g ( <u>GLU</u> ), bułka grahamka 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), parówka drobiowa - ots 80 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup saszetka 2 szt ( <u>SEL</u> ), pomidor b/skóry - ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml , makaron drobny na mleku ots 400 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),	jarzynowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), puree ziemniaczane ots 200 g ( <u>MLE</u> ), Szyntka wieprzowa duszona ots 120 g , kapusta czerwona zasmażana ots 150 g ( <u>GLU</u> ), sos meksykański ots 150 ml ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</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> ), Gulasz warzywny z ciecierzycą ots 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</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.: 2700.01 kcal; Białko ogółem: 111.51 g; Tłuszcz: 121.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.94 g; Węglowodany ogółem: 302.48 g; suma cukrów prostych: 59.73 g; Błonnik pokarmowy: 31.24 g; Sól: 7.14 g; WW: 27.22 Por; Cholesterol: 291.3 mg;

piątek 2024-07-19			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;

piątek 2024-07-19			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;

piątek 2024-07-19			Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml ,			

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

piątek 2024-07-19			Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ),	grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), marchewka gotowana z olejem 100 g , Herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ),			

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

piątek 2024-07-19			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.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;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-07-19 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;

piątek 2024-07-19 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 ,	kasza gryczana na sypko 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.: 1974.56 kcal; Białko ogółem: 65.83 g; Tłuszcz: 75.18 g; Kw.tł.nas.ogółem: 3 g; Węglowodany ogółem: 267.12 g; suma cukrów prostych: 19.82 g; Błonnik pokarmowy: 17.18 g; Sól: 1.43 g; WW: 25.17 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

piątek 2024-07-19 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ), jabłko pieczone 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żył. 100 g ( <b>GLU</b> ),	krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez selera) ATOP 400 g ( <b>GLU</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gołąbki zawijane z kapustą, ryżem i mięsem z indyka (bez jaj) atapowa 240 g , brokuł gotowany 150 g , Sos jarzynowy bez selera 100 ml ( <b>GLU</b> ), woda n/g 0,5L 1 szt ,	chleb mieszany psz-żył. 100 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), pasta z jaj 100 g ( <b>JAJ, MLE</b> ), marchewka gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <b>MLE</b> ),		Posiłek nocny: banan 200 g ,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1918.29 kcal; Białko ogółem: 81.88 g; Tłuszcz: 68.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.09 g; Węglowodany ogółem: 275.95 g; suma cukrów prostych: 98.62 g; Błonnik pokarmowy: 52.67 g; Sól: 4.69 g; WW: 22.64 Por; Cholesterol: 649.23 mg;

piątek 2024-07-19 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ziemniaki gotowane 250 g , Ryba gotowana 100 g ( <b>RYB</b> ), Ryba gotowana 100 g ( <b>RYB</b> ), Sos szpinakowy 150 ml ( <b>GLU</b> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 200 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 670.76 kcal; Białko ogółem: 49.95 g; Tłuszcz: 13.98 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.41 g; Węglowodany ogółem: 92.75 g; suma cukrów prostych: 11.07 g; Błonnik pokarmowy: 12.14 g; Sól: .94 g; WW: 8.23 Por; Cholesterol: 18.15 mg;

piątek 2024-07-19 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
kasza manna na mleku 300 g ( <b>GLU, MLE</b> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE</b> ), serek do smarowania 80 g ( <b>MLE</b> ), sałata zielona 20 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ), Sos szpinakowy 150 ml ( <b>GLU</b> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE</b> ), pasta z twarogu z koperkiem - dieta 100 g ( <b>MLE</b> ), pomidor 100 g , sałata zielona 8g 8g , Herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <b>MLE</b> ),		Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g ( <b>GLU, MLE</b> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2400.38 kcal; Białko ogółem: 119.17 g; Tłuszcz: 70.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.58 g; Węglowodany ogółem: 345.95 g; suma cukrów prostych: 57.68 g; Błonnik pokarmowy: 23.16 g; Sól: 6.67 g; WW: 32.55 Por; Cholesterol: 261.52 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-07-19			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , ogórek świeży 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa z fasolki szparag. - dieta jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), Sos szpinakowy 150 ml ( <u>GLU</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z rzodkiewką 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , pomidor 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2141.8 kcal; Białko ogółem: 95.79 g; Tłuszcz: 62.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 31.37 g; Węglowodany ogółem: 328.97 g; suma cukrów prostych: 43.47 g; Błonnik pokarmowy: 39.29 g; Sól: 6.59 g; WW: 29.28 Por; Cholesterol: 199.68 mg;

piątek 2024-07-19			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , hummus 115 g ( <u>SEZ</u> ), pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g ( <u>SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty gotowany 200 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), gulasz z tofu 250 g ( <u>SOJ</u> ), kompot z porzeczki czarnych 250 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g , sałatka z kaszą (vegan) 250 g ( <u>GLU</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2067.69 kcal; Białko ogółem: 45.49 g; Tłuszcz: 76.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 4.69 g; Węglowodany ogółem: 306.42 g; suma cukrów prostych: 58.59 g; Błonnik pokarmowy: 35.78 g; Sól: 6.9 g; WW: 27.29 Por; Cholesterol: 2.4 mg;

piątek 2024-07-19			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos szpinakowy 150 ml ( <u>GLU</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),		Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2612.82 kcal; Białko ogółem: 122.39 g; Tłuszcz: 72.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.4 g; Węglowodany ogółem: 394.09 g; suma cukrów prostych: 88.51 g; Błonnik pokarmowy: 28.13 g; Sól: 7.11 g; WW: 36.95 Por; Cholesterol: 270.52 mg;

piątek 2024-07-19			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet rybny 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> ), Sos szpinakowy 150 ml ( <u>GLU</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2230.29 kcal; Białko ogółem: 130.12 g; Tłuszcz: 81.78 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.91 g; Węglowodany ogółem: 287.42 g; suma cukrów prostych: 59.29 g; Błonnik pokarmowy: 41.51 g; Sól: 10.61 g; WW: 24.87 Por; Cholesterol: 296.22 mg;

piątek 2024-07-19			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
kasza manna na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), serek do smarowania 80 g ( <u>MLE</u> ), dżem owocowy 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	zupa z fasolki szparag. - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Ryba gotowana 100 g ( <u>RYB</u> ), Sos szpinakowy 150 ml ( <u>GLU</u> ), bukiet warzyw mar./brok./kalaf. 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g , seler gotowany 100 g ( <u>SEL</u> ), Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ),		Posiłek nocny: bułka o smaku maślanym 50 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2730.1 kcal; Białko ogółem: 122.99 g; Tłuszcz: 79.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.88 g; Węglowodany ogółem: 417.08 g; suma cukrów prostych: 90.8 g; Błonnik pokarmowy: 43.95 g; Sól: 7.53 g; WW: 37.7 Por; Cholesterol: 257.63 mg;