

## Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-08-13</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), jabłko 150 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 z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> drożdżówka 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2286.61 kcal; Białko ogółem: 91.7 g; Tłuszcz: 71.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30 g; Węglowodany ogółem: 347.15 g; suma cukrów prostych: 61.4 g; Błonnik pokarmowy: 49.72 g; Sól: 7.3 g; WW: 30.02 Por; Cholesterol: 208.65 mg;

<b>wtorek 2024-08-13</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego</b>		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), jabłko 150 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 z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> drożdżówka 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2501.7 kcal; Białko ogółem: 102.82 g; Tłuszcz: 78.33 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.25 g; Węglowodany ogółem: 376.45 g; suma cukrów prostych: 76.43 g; Błonnik pokarmowy: 53.25 g; Sól: 7.58 g; WW: 32.62 Por; Cholesterol: 228.65 mg;

<b>wtorek 2024-08-13</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> ), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), jabłko 150 g, 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> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> drożdżówka 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2242.01 kcal; Białko ogółem: 91.2 g; Tłuszcz: 71.1 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.5 g; Węglowodany ogółem: 318.77 g; suma cukrów prostych: 69.08 g; Błonnik pokarmowy: 45.82 g; Sól: 7.12 g; WW: 27.54 Por; Cholesterol: 216.05 mg;

<b>wtorek 2024-08-13</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)</b>		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), marchewka gotowana 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 koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),		<b>Posiłek nocny:</b> drożdżówka 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2370.71 kcal; Białko ogółem: 94.66 g; Tłuszcz: 76.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.82 g; Węglowodany ogółem: 336.56 g; suma cukrów prostych: 52.75 g; Błonnik pokarmowy: 29.97 g; Sól: 6.5 g; WW: 30.87 Por; Cholesterol: 289.83 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dla dorosłych		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), kiełbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), jabolko gotowane 150 g, kompot z jablek 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> ), miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2751.8 kcal; Białko ogółem: 108.91 g; Tłuszcz: 82.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.07 g; Węglowodany ogółem: 422.39 g; suma cukrów prostych: 82.15 g; Błonnik pokarmowy: 50.72 g; Sól: 9.29 g; WW: 37.48 Por; Cholesterol: 240.65 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jablek 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 koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2140.54 kcal; Białko ogółem: 94.9 g; Tłuszcz: 55.43 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.66 g; Węglowodany ogółem: 326.02 g; suma cukrów prostych: 52.65 g; Błonnik pokarmowy: 29.87 g; Sól: 5.18 g; WW: 29.83 Por; Cholesterol: 227.38 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jablek 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 z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2356.85 kcal; Białko ogółem: 100.34 g; Tłuszcz: 79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.3 g; Węglowodany ogółem: 337.41 g; suma cukrów prostych: 54.26 g; Błonnik pokarmowy: 25.52 g; Sól: 6.19 g; WW: 31.48 Por; Cholesterol: 297.43 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem -dieta 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1690.94 kcal; Białko ogółem: 77.52 g; Tłuszcz: 71.92 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 206.41 g; suma cukrów prostych: 46.11 g; Błonnik pokarmowy: 18.26 g; Sól: 4.4 g; WW: 18.97 Por; Cholesterol: 280.35 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jablek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1882.95 kcal; Białko ogółem: 84.01 g; Tłuszcz: 73.6 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.44 g; Węglowodany ogółem: 244.58 g; suma cukrów prostych: 47.43 g; Błonnik pokarmowy: 20.36 g; Sól: 4.56 g; WW: 22.61 Por; Cholesterol: 289.43 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)			
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), pomidor 100 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,		chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2446.85 kcal; Białko ogółem: 106.79 g; Tłuszcz: 82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.09 g; Węglowodany ogółem: 346.71 g; suma cukrów prostych: 60.56 g; Błonnik pokarmowy: 25.52 g; Sól: 6.43 g; WW: 32.38 Por; Cholesterol: 309.43 mg;

wtorek 2024-08-13			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. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), 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 koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2204.7 kcal; Białko ogółem: 87.78 g; Tłuszcz: 65.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.14 g; Węglowodany ogółem: 350.47 g; suma cukrów prostych: 49.48 g; Błonnik pokarmowy: 49.56 g; Sól: 8.87 g; WW: 30.24 Por; Cholesterol: 139.35 mg;

wtorek 2024-08-13			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 8g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), 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 koperkiem 150 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ), rzodkiewka 40g 40g,					Posiłek nocny: ogórek świeży 100 g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1769.77 kcal; Białko ogółem: 85.63 g; Tłuszcz: 46.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.86 g; Węglowodany ogółem: 288.54 g; suma cukrów prostych: 36.88 g; Błonnik pokarmowy: 39.62 g; Sól: 5.5 g; WW: 24.98 Por; Cholesterol: 89.35 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)			
chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 100 g, Potrawka drobiowa 100 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, marchewka gotowana 130 g,		chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 50 g, sok owocowy 200ml 200 g, arbuzy 200 g,					Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1656.78 kcal; Białko ogółem: 73.57 g; Tłuszcz: 71.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.04 g; Węglowodany ogółem: 207.47 g; suma cukrów prostych: 54.43 g; Błonnik pokarmowy: 30.61 g; Sól: 4.47 g; WW: 17.73 Por; Cholesterol: 234.65 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)			
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, marchewka gotowana 130 g,		chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g, Herbata czarna b/c 400 ml,		
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 50 g, sok owocowy 200ml 200 g, arbuzy 200 g,					Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g,	

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2294.79 kcal; Białko ogółem: 96.84 g; Tłuszcz: 79.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.7 g; Węglowodany ogółem: 334.61 g; suma cukrów prostych: 61.53 g; Błonnik pokarmowy: 49.3 g; Sól: 7 g; WW: 28.61 Por; Cholesterol: 269.43 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-08-13			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 8 g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU, 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> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), 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> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2199.63 kcal; Białko ogółem: 87.47 g; Tłuszcz: 65.64 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.12 g; Węglowodany ogółem: 349.46 g; suma cukrów prostych: 49 g; Błonnik pokarmowy: 49.3 g; Sól: 8.86 g; WW: 30.16 Por; Cholesterol: 139.35 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, sałata zielona 8g 8 g, pomidor 50 g, Herbata czarna b/c 400 ml,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g, Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU, 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> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 30g 30 g, ogórek świeży 100 g,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2535.74 kcal; Białko ogółem: 105.23 g; Tłuszcz: 83.4 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.66 g; Węglowodany ogółem: 376.72 g; suma cukrów prostych: 61.9 g; Błonnik pokarmowy: 50.81 g; Sól: 9.15 g; WW: 32.77 Por; Cholesterol: 192.43 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 15 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 50 g, Herbata czarna z/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> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1997.14 kcal; Białko ogółem: 92.64 g; Tłuszcz: 51.69 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.15 g; Węglowodany ogółem: 317.14 g; suma cukrów prostych: 60.46 g; Błonnik pokarmowy: 27.37 g; Sól: 10.27 g; WW: 29.25 Por; Cholesterol: 184.1 mg;

wtorek 2024-08-13			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, cukinia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), Kaszotto jęczmienne z warzywami vegetariańskie 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), hummus 55 g ( <u>SEZ</u> ), dynia gotowana 100 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb PKU 50 g, masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2460.75 kcal; Białko ogółem: 49.12 g; Tłuszcz: 89.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.54 g; Węglowodany ogółem: 364.32 g; suma cukrów prostych: 50.7 g; Błonnik pokarmowy: 18.21 g; Sól: 6.48 g; WW: 34.65 Por; Cholesterol: 139.38 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, jabłko gotowane 150 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ),		Posiłek nocny: rogal 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2267.02 kcal; Białko ogółem: 89.91 g; Tłuszcz: 46.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.83 g; Węglowodany ogółem: 379.12 g; suma cukrów prostych: 70.77 g; Błonnik pokarmowy: 33.07 g; Sól: 5.32 g; WW: 34.98 Por; Cholesterol: 173.7 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE, _</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), wędlina 50 g, jabłko gotowane 150 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ),	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE, _</u> ), miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: rogal 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE, _</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE, _</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2387.31 kcal; Białko ogółem: 102.26 g; Tłuszcz: 54.03 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.97 g; Węglowodany ogółem: 396.68 g; suma cukrów prostych: 75.57 g; Błonnik pokarmowy: 34.15 g; Sól: 5.64 g; WW: 36.62 Por; Cholesterol: 199.7 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, 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> ), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR, _</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL, _</u> ), sałata zielona 8g 8g, pomidor 50 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU, SEL, _</u> ), jabłko 150 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU, _</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE, _</u> ), ogórek świeży 50 g, sałata zielona 8g 8g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE, _</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2579.31 kcal; Białko ogółem: 109.03 g; Tłuszcz: 81.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.02 g; Węglowodany ogółem: 382.56 g; suma cukrów prostych: 80.13 g; Błonnik pokarmowy: 51.1 g; Sól: 7.82 g; WW: 33.41 Por; Cholesterol: 240.65 mg;

wtorek 2024-08-13			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.: 2290.13 kcal; Białko ogółem: 131.04 g; Tłuszcz: 140.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.75 g; Węglowodany ogółem: 144.75 g; suma cukrów prostych: 4.01 g; Błonnik pokarmowy: 4.87 g; Sól: 1.6 g; WW: 14.14 Por; Cholesterol: 1040.36 mg;

wtorek 2024-08-13			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.: 2288.65 kcal; Białko ogółem: 128.21 g; Tłuszcz: 139.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.76 g; Węglowodany ogółem: 148.5 g; suma cukrów prostych: 4.56 g; Błonnik pokarmowy: 5.79 g; Sól: 1.61 g; WW: 14.44 Por; Cholesterol: 1040.36 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, MLE, _</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g, jabłko gotowane 150 g, kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ),	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU, _</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE, _</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE, _</u> ), miód 25 g, Herbata czarna b/c 400 ml,			
		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE, _</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2157.88 kcal; Białko ogółem: 107.02 g; Tłuszcz: 62.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.55 g; Węglowodany ogółem: 314.91 g; suma cukrów prostych: 63.29 g; Błonnik pokarmowy: 32.35 g; Sól: 5.2 g; WW: 28.58 Por; Cholesterol: 295.98 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z mięsa drob. 100 g , jabłko gotowane 150 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2202.02 kcal; Białko ogółem: 98.27 g; Tłuszcz: 69.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 26.64 g; Węglowodany ogółem: 319.32 g; suma cukrów prostych: 56.19 g; Błonnik pokarmowy: 36.64 g; Sól: 7.14 g; WW: 28.59 Por; Cholesterol: 263.98 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb razowy 100 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g , salata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1726.63 kcal; Białko ogółem: 77.53 g; Tłuszcz: 46.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.76 g; Węglowodany ogółem: 278.2 g; suma cukrów prostych: 44.4 g; Błonnik pokarmowy: 38.1 g; Sól: 7.08 g; WW: 24.12 Por; Cholesterol: 88.35 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , salata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), jabłko 150 g , 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> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), salata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2075.81 kcal; Białko ogółem: 80.26 g; Tłuszcz: 67.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.87 g; Węglowodany ogółem: 317.43 g; suma cukrów prostych: 52.2 g; Błonnik pokarmowy: 52.29 g; Sól: 5.83 g; WW: 26.68 Por; Cholesterol: 147.13 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , jabłko gotowane 150 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , dynia gotowana 50 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , sok owocowy 200ml 200 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1752.97 kcal; Białko ogółem: 81.12 g; Tłuszcz: 18.47 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.82 g; Węglowodany ogółem: 325.14 g; suma cukrów prostych: 72.98 g; Błonnik pokarmowy: 31.63 g; Sól: 7.7 g; WW: 29.68 Por; Cholesterol: 62.45 mg;

wtorek 2024-08-13			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 ( <u>MLE</u> ), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), salata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , salata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , sok owocowy 200ml 200 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1695.03 kcal; Białko ogółem: 88.93 g; Tłuszcz: 28.55 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.69 g; Węglowodany ogółem: 291.06 g; suma cukrów prostych: 43.27 g; Błonnik pokarmowy: 40.99 g; Sól: 9.85 g; WW: 25.26 Por; Cholesterol: 117.17 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA		
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> ), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), jabłko 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2144.61 kcal; Białko ogółem: 89.2g; Tłuszcz: 66.12 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.7 g; Węglowodany ogółem: 308.75 g; suma cukrów prostych: 55.4 g; Błonnik pokarmowy: 47.82 g; Sól: 7.16 g; WW: 26.42 Por; Cholesterol: 179.65 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g ( <u>MLE</u> ), Pulpet z indyka (bez jaj) 100 g , ogórek świeży 150 g , Herbata czarna z/c 250 ml , waflę 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.: 1516.72 kcal; Białko ogółem: 70.77 g; Tłuszcz: 28.59 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.05 g; Węglowodany ogółem: 251.26 g; suma cukrów prostych: 91.26 g; Błonnik pokarmowy: 45.06 g; Sól: 2.54 g; WW: 20.96 Por; Cholesterol: 187.83 mg;

wtorek 2024-08-13			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 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , dżem owocowy 50 g ,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml , miód 2 szt. 50 g ,			
		<b>Posiłek nocny:</b> serek homogeizynowany waniliowy 150 g ( <u>MLE</u> ), Ciastka bezglutenowe 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1978.75 kcal; Białko ogółem: 87.54 g; Tłuszcz: 73.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.24 g; Węglowodany ogółem: 267.66 g; suma cukrów prostych: 53.01 g; Błonnik pokarmowy: 15.3 g; Sól: 4.83 g; WW: 25.46 Por; Cholesterol: 161.33 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , dżem owocowy 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 70 g , margaryna 15 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1715.96 kcal; Białko ogółem: 80.93 g; Tłuszcz: 46.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.64 g; Węglowodany ogółem: 254.61 g; suma cukrów prostych: 34.84 g; Błonnik pokarmowy: 13.33 g; Sól: 4.32 g; WW: 24.35 Por; Cholesterol: 62.45 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 250 g , Potrawka drobiowa b/glu b/ml 250 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 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 koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), serek homogenizowany nat. 150 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1984.11 kcal; Białko ogółem: 98.11 g; Tłuszcz: 97.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.81 g; Węglowodany ogółem: 215.97 g; suma cukrów prostych: 25.87 g; Błonnik pokarmowy: 17.15 g; Sól: 5.03 g; WW: 20.16 Por; Cholesterol: 267.04 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),		Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1480.03 kcal; Białko ogółem: 86.95 g; Tłuszcz: 26.93 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.42 g; Węglowodany ogółem: 242.08 g; suma cukrów prostych: 36.35 g; Błonnik pokarmowy: 39.99 g; Sól: 11.88 g; WW: 20.48 Por; Cholesterol: 118.57 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> <u>może zawierać: GOR</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g ( <u>MLE</u> ), pasta z wędliny drob. 100 g , sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 15 g ( <u>MLE</u> ), pomidor 50 g ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 70 g , margaryna 15 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1566.87 kcal; Białko ogółem: 83.62 g; Tłuszcz: 49.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.68 g; Węglowodany ogółem: 207.62 g; suma cukrów prostych: 14.56 g; Błonnik pokarmowy: 13.32 g; Sól: 4.31 g; WW: 19.59 Por; Cholesterol: 62.45 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Dna moczaniowa		
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 8 g , pomidor 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>GLU</u> <u>MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), jabłko 150 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 koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2217.42 kcal; Białko ogółem: 76.24 g; Tłuszcz: 73.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.75 g; Węglowodany ogółem: 340.34 g; suma cukrów prostych: 61.9 g; Błonnik pokarmowy: 49.72 g; Sól: 6.76 g; WW: 29.35 Por; Cholesterol: 182.38 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , cukinia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU, MLE</u> <u>SEL</u> ), Kaszotto jęczmień z warzywami wegetariańskie 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), hummus 55 g ( <u>SEZ</u> ), dynia gotowana 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: chleb PKU 50 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2460.75 kcal; Białko ogółem: 49.12 g; Tłuszcz: 89.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.54 g; Węglowodany ogółem: 364.32 g; suma cukrów prostych: 50.7 g; Błonnik pokarmowy: 18.21 g; Sól: 6.48 g; WW: 34.65 Por; Cholesterol: 139.38 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-08-13 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenny krojony 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 5 g ( <u>MLE</u> ), Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml,	dyniowa z ziemniakami b/mleka - dieta 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ), sos koperkowy b/mleczny 100 ml ( <u>GLU</u> , <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 2 szt. 100 g ( <u>JAJ</u> ), jabłko pieczone 150 g, Herbata czarna b/c 250 ml,
II Śniadanie: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g, marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml, chrupki kukurydziane 80 g ( <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1844.89 kcal; Białko ogółem: 81.07 g; Tłuszcz: 64.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 23.83 g; Węglowodany ogółem: 243.94 g; suma cukrów prostych: 48.6 g; Błonnik pokarmowy: 39.08 g; Sól: 7.89 g; WW: 20.74 Por; Cholesterol: 764.94 mg;

wtorek 2024-08-13 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;

wtorek 2024-08-13 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.: 1366.07 kcal; Białko ogółem: 39.16 g; Tłuszcz: 20.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.1 g; Węglowodany ogółem: 259.4 g; suma cukrów prostych: 10.04 g; Błonnik pokarmowy: 17.88 g; Sól: .77 g; WW: 24.23 Por; Cholesterol: 0 mg;

wtorek 2024-08-13 Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS		
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), majonez saszetka ots 15 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g, Herbata czarna b/c 250 ml, ryż na mleku ots 400 g ( <u>MLE</u> ),	zupa ogórkowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Makaron ugotowany ots 200 g ( <u>GLU</u> ), gulasz drobiowy - dieta ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), brokuł z bułką tartą ots 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml ots 1 szt, ser żółty plastry - 100g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),
		Posiłek nocny: Mus z truskawek ots 200 g, biszkopty ots 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 3075.43 kcal; Białko ogółem: 148.95 g; Tłuszcz: 139.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 58.37 g; Węglowodany ogółem: 315.87 g; suma cukrów prostych: 69.87 g; Błonnik pokarmowy: 30.36 g; Sól: 9.38 g; WW: 28.74 Por; Cholesterol: 1516.03 mg;

wtorek 2024-08-13 Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g, jabłko gotowane 150 g, Herbata czarna z/c 400 ml,	szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g, Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 130 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g, Herbata czarna z/c 400 ml,
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: rogal 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2267.02 kcal; Białko ogółem: 89.91 g; Tłuszcz: 46.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 22.83 g; Węglowodany ogółem: 379.12 g; suma cukrów prostych: 70.77 g; Błonnik pokarmowy: 33.07 g; Sól: 5.32 g; WW: 34.98 Por; Cholesterol: 173.7 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna OTS z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g, majonez saszetka ots 30 g ( <u>JAJ</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, ryż na mleku ots 400 g ( <u>MLE</u> ),	zupa ogórkowa z ziemniakami ots 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Makaron ugotowany ots 200 g ( <u>GLU</u> ), gulasz drobiowy - dieta ots 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , może zawierać: <u>GOR</u> ), brokuł z bułką tartą ots 100 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml ots 1 szt, ser żółty plastry - 100g ots 1 szt ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna b/c 250 ml, jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),			
			Posiłek nocny: Mus z truskawek b/c ots 200 g,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2927.6 kcal; Białko ogółem: 143.24 g; Tłuszcz: 145.18 g; Kw.łł.nas.ogółem: 55.8 g; Węglowodany ogółem: 271.83 g; suma cukrów prostych: 45.56 g; Błonnik pokarmowy: 28.7 g; Sól: 9.39 g; WW: 24.54 Por; Cholesterol: 1444.38 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Ściśła 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.łł.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;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Ściśła 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.łł.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;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Ściśła 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.łł.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;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Ściśła 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.: 1308.27 kcal; Białko ogółem: 42.05 g; Tłuszcz: 19.81 g; Kw.łł.nas.ogółem: 2.27 g; Węglowodany ogółem: 242.23 g; suma cukrów prostych: 5.44 g; Błonnik pokarmowy: 12.74 g; Sól: 1.08 g; WW: 23.01 Por; Cholesterol: 69.05 mg;

wtorek 2024-08-13			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.: 968.06 kcal; Białko ogółem: 60.55 g; Tłuszcz: 35.81 g; Kw.łł.nas.ogółem: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 114.15 g; suma cukrów prostych: 50.61 g; Błonnik pokarmowy: 5.64 g; Sól: 2.18 g; WW: 10.83 Por; Cholesterol: 155.71 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-08-13			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-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g ( <b>SEL</b> ), Herbata czarna b/c 250 ml ,		grysikowa z ziemniakami - dieta 300 ml ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> , <b>może zawierać: GOR</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet drobiowy gotowany - dieta 90 g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> ), sos koperkowy b/ml 100 ml ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), marchewka 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> ), jabłko pieczone 150 g , wędlina 50 g , dynia gotowana 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml ,		
II Śniadanie: suchary 50 g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> , <b>SOJ</b> , <b>MLE</b> ), kakao proszek 30 g ,				Posiłek nocny: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , bobwita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2014.65 kcal; Białko ogółem: 73.36 g; Tłuszcz: 51.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.28 g; Węglowodany ogółem: 233.63 g; suma cukrów prostych: 44.29 g; Błonnik pokarmowy: 34.57 g; Sól: 2.89 g; WW: 20.05 Por; Cholesterol: 209.39 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny			
waflę ryżowe 40 g , margaryna 30 g ( <b>MLE</b> ), 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 ( <b>GLU</b> ), brokuł gotowany 100 g ,		waflę ryżowe 40 g , margaryna 30 g ( <b>MLE</b> ), 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.: 1365.28 kcal; Białko ogółem: 58.3 g; Tłuszcz: 22.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 2.52 g; Węglowodany ogółem: 236.96 g; suma cukrów prostych: 20.48 g; Błonnik pokarmowy: 14.54 g; Sól: 1.44 g; WW: 22.47 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa			
chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ), twaróg 100 g ( <b>MLE</b> ), 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 ( <b>MLE</b> ), 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 ( <b>MLE</b> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1591.32 kcal; Białko ogółem: 91.36 g; Tłuszcz: 41.5 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.21 g; Węglowodany ogółem: 251.99 g; suma cukrów prostych: 99.39 g; Błonnik pokarmowy: 49.84 g; Sól: 3.56 g; WW: 20.67 Por; Cholesterol: 211.43 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny			
		brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> ), chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <b>GLU</b> ), Kielbasa śląska wieprzowa z cebulką 200 g ( <b>GLU</b> , <b>SOJ</b> , <b>SEL</b> , <b>GOR</b> ), musztarda 20 g , ogórek kiszony 100 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,				

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 957.54 kcal; Białko ogółem: 56.84 g; Tłuszcz: 39.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 10.66 g; Węglowodany ogółem: 98.57 g; suma cukrów prostych: 10.88 g; Błonnik pokarmowy: 14.3 g; Sól: 6.58 g; WW: 8.43 Por; Cholesterol: 132.65 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji			
płatki owsiane na mleku 300 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <b>GLU</b> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <b>MLE</b> ), parówka 2 szt ( <b>GLU</b> , <b>SOJ</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> , <b>GOR</b> ), ketchup 20 g ( <b>SEL</b> ), pomidor 100 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ),		szpinakowa z ryżem - dieta 400 ml ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> ), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> ), marchewka gotowana 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 100 g ( <b>MLE</b> ), sałata zielona 20 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,		
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <b>MLE</b> ),				Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> , <b>MLE</b> ),		

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2446.85 kcal; Białko ogółem: 106.79 g; Tłuszcz: 82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.09 g; Węglowodany ogółem: 346.71 g; suma cukrów prostych: 60.56 g; Błonnik pokarmowy: 25.52 g; Sól: 6.43 g; WW: 32.38 Por; Cholesterol: 309.43 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-08-13			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 , pomidor 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami jarska 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), jabłko 150 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 z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2217.42 kcal; Białko ogółem: 76.24 g; Tłuszcz: 73.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.75 g; Węglowodany ogółem: 340.34 g; suma cukrów prostych: 61.9 g; Błonnik pokarmowy: 49.72 g; Sól: 6.76 g; WW: 29.35 Por; Cholesterol: 182.38 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g , pomidor 100 g , Herbata czarna z/c 400 ml , hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ),	.ziemniaczana z konc. pomid. b/glu, b/ml 400 g ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), .marchew gotowana 150 g , kompot z porzeczek czarnych 250 ml , Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), sos do obiadu 100 g ,	chleb mieszany psz.-żyt. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), margaryna 15 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna z/c 400 ml , surówka z kap. pekińskiej, marchwi i ogórka 150 g ,			
		Posiłek nocny: jabłko 150 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1961.25 kcal; Białko ogółem: 47 g; Tłuszcz: 62.72 g; Kw.tł.nas.ogółem: 5.52 g; Węglowodany ogółem: 317.7 g; suma cukrów prostych: 58.57 g; Błonnik pokarmowy: 53.14 g; Sól: 10.87 g; WW: 26.77 Por; Cholesterol: 1 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g , pomidor 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 100 g , Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1981.56 kcal; Białko ogółem: 81.68 g; Tłuszcz: 72.56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.65 g; Węglowodany ogółem: 256.75 g; suma cukrów prostych: 47.51 g; Błonnik pokarmowy: 19.43 g; Sól: 5.04 g; WW: 23.91 Por; Cholesterol: 277.05 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), sałata zielona 8g 8g , pomidor 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2139.71 kcal; Białko ogółem: 87.66 g; Tłuszcz: 74.85 g; Kw.tł.nas.ogółem: 34.52 g; Węglowodany ogółem: 285.76 g; suma cukrów prostych: 49.55 g; Błonnik pokarmowy: 21.97 g; Sól: 5.22 g; WW: 26.57 Por; Cholesterol: 288.83 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	brokułowa z ziemniakami 200 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 100 g , Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , marchewka gotowana 130 g ,	chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 50 g , sok owocowy 200ml 200 g , arbuż 200 g ,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 1629.06 kcal; Białko ogółem: 76.76 g; Tłuszcz: 72.24 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.02 g; Węglowodany ogółem: 196.34 g; suma cukrów prostych: 54.05 g; Błonnik pokarmowy: 29.94 g; Sól: 4.54 g; WW: 16.7 Por; Cholesterol: 255.85 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska		
chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), hummus 130 g ( <u>SEZ</u> ), sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	.ziemniaczana b/konc. b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU</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> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 50 g , sałata zielona 8g 8 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), 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> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2359.62 kcal; Białko ogółem: 77.96 g; Tłuszcz: 87.95 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29 g; Węglowodany ogółem: 345.9 g; suma cukrów prostych: 48.06 g; Błonnik pokarmowy: 48.58 g; Sól: 11.69 g; WW: 29.96 Por; Cholesterol: 115.8 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Hematologiczna łatwostrawna		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), parówka 2 szt ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	szpinakowa z ryżem -dieta 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), marchewka gotowana 130 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2613.84 kcal; Białko ogółem: 106.4 g; Tłuszcz: 83.34 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.11 g; Węglowodany ogółem: 385.34 g; suma cukrów prostych: 61.66 g; Błonnik pokarmowy: 24.68 g; Sól: 7.89 g; WW: 36.37 Por; Cholesterol: 309.43 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: hematologiczna cukrzycowa		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ), chleb razowy 120 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), cukinia gotowana 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU</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> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), dynia gotowana 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: chleb razowy 30 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), sok wielowarzywny 300 ml ( <u>SEL</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2754.31 kcal; Białko ogółem: 113.19 g; Tłuszcz: 104.23 g; Kw.tł.nas.ogółem: 48.31 g; Węglowodany ogółem: 375.62 g; suma cukrów prostych: 69.15 g; Błonnik pokarmowy: 49.58 g; Sól: 12.62 g; WW: 32.77 Por; Cholesterol: 279.2 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Cukrzyca bezglutenowa dziecięca		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), wędlina 50 g , sałata zielona 8g 8 g , pomidor 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,	szpinakowa z ryżem b/ml, b/glut 400 ml ( <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ), Ryż brązowy na sypko 200 g , Potrawka drobiowa b/glu b/ml 200 g ( <u>SEL</u> ), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , marchewka gotowana 130 g ,	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ), ogórek świeży 100 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser topiony 25 g ( <u>MLE</u> ), papryka świeża 50 g , sok owocowy 200ml 200 g , arbuż 200 g ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ), ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ), sałata zielona 8g 8 g ,			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2236.47 kcal; Białko ogółem: 90.3 g; Tłuszcz: 102.08 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.45 g; Węglowodany ogółem: 268.79 g; suma cukrów prostych: 49.2 g; Błonnik pokarmowy: 21.78 g; Sól: 5.94 g; WW: 24.78 Por; Cholesterol: 238.98 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa hematologiczna		
płatki owsiane 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> ), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> ), jableko gotowane 150 g , kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2751.8 kcal; Białko ogółem: 108.91 g; Tłuszcz: 82.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.07 g; Węglowodany ogółem: 422.39 g; suma cukrów prostych: 82.15 g; Błonnik pokarmowy: 50.72 g; Sól: 9.29 g; WW: 37.48 Por; Cholesterol: 240.65 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna bezmleczna OTS		
chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ), majonez saszetka ots 15 g ( <u>JAJ</u> ), pomidor b/skóry ots 100 g , Herbata czarna b/c 250 ml	zupa ogórkowa z ziemniakami b/mleka ots 400 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), Makaron ugotowany ots 200 g ( <u>GLU</u> ), gulasz drobiowy - dieta b/mleka ots 200 g ( <u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u> ), brokuł z bułką tartą ots 150 g ( <u>GLU, MLE</u> ), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml	chleb graham 90 g ( <u>GLU</u> ), masło sztukowe 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ), sok pomidorowy 300 ml ots 1 szt , wędlina pakow. hermet. 100g 1 szt , Herbata czarna b/c 250 ml , jajka gotowane 2szt. - ots 100 g ( <u>JAJ</u> ),			
		Posiłek nocny: Mus z truskawek ots 200 g , biszkopty ots 50 g ( <u>GLU, JAJ</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2576.33 kcal; Białko ogółem: 126.85 g; Tłuszcz: 111.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.56 g; Węglowodany ogółem: 277.55 g; suma cukrów prostych: 52.15 g; Błonnik pokarmowy: 29.64 g; Sól: 6.73 g; WW: 24.95 Por; Cholesterol: 1411.15 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: Neutropeniczna papkowata OTS		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), marchwianka KUCHNIA MLECZNA 400 ml	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ),			
II Śniadanie: Kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 400 ml		Posiłek nocny: kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g ( <u>MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 894.75 kcal; Białko ogółem: 38.19 g; Tłuszcz: 31.83 g; Kw.tł.nas.ogółem: 19.35 g; Węglowodany ogółem: 120.1 g; suma cukrów prostych: 32.83 g; Błonnik pokarmowy: 16.74 g; Sól: 1.1 g; WW: 10.38 Por; Cholesterol: 153.92 mg;

wtorek 2024-08-13			Jadłospis dla diety: OTS normalna hemat w poj		
płatki owsiane na mleku 300 g ( <u>GLU, 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> ), kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> ), ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ), cukinia gotowana 50 g , kawa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>GLU, MLE</u> ),	brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ziemniaki gotowane 200 g , Gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU, SEL</u> ), jabłko gotowane 150 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml	chleb mieszany psz.-żył. 70 g ( <u>GLU</u> ), chleb razowy 50 g ( <u>GLU</u> ), masło 82% tł. 16.67 g ( <u>MLE</u> ), pasta z twarogu 100 g ( <u>MLE</u> ), miód 2 szt. 50 g , Herbata czarna b/c 400 ml			
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g ( <u>MLE</u> ),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ),			

**Wartości odżywcze:** Wart.energ.: 2751.8 kcal; Białko ogółem: 108.91 g; Tłuszcz: 82.67 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.07 g; Węglowodany ogółem: 422.39 g; suma cukrów prostych: 82.15 g; Błonnik pokarmowy: 50.72 g; Sól: 9.29 g; WW: 37.48 Por; Cholesterol: 240.65 mg;